

Hier findest du die Antworten auf häufig gestellte Fragen !



Goldenes Atelier / Kramgasse 68 / 3011 Bern

Blaues Atelier / Nussbaumstrasse 39 / 3006 Bern

Muss ich mich für die erste Yogastunde anmelden?

Ja. Melde dich per Mail info@yogajoy.ch oder SMS 078 840 63 36 für deinen ersten Besuch an. Yogamatten und Hilfsmittel hat es vor Ort. Du brauchst nur bequeme Kleidung mitzunehmen.

Muss ich pünktlich im Yogaatelier erscheinen ?

Ja. Beim ersten Besuch kommst du mind. 10 Minuten vor der Stunde ins Atelier. So haben ich genügend Zeit dir alles zu erklären. Bei Folgebesuchen kannst du bis zu 10 Minuten vorher im Studio sein. Bedenke bitte, dass alle Stunden pünktlich beginnen und es keinen verspäteten Einlass gibt, da dies für alle anderen TeilnehmerInnen sehr störend ist.

Kann ich als Yoga-Neuling an jeder Gruppenstunde teilnehmen ?

Nein. Hast du noch keine Yogaerfahrung, suchst du dir am besten eine etwas sanftere Yogastunde aus. Montag 10.15 / Dienstag 10.15

Kann ich in Strassenkleidern Yoga praktizieren ?

Nein. Nehme bequeme Kleidung mit. Für ruhigere Stunden empfiehlt es sich warme Socken und etwas Langärmliges anzuziehen.

Ist das Yogaatelier immer geöffnet ?

Nein. Das Atelier öffnet immer 10 Minuten vor der Yogastunde. Kurz vor pünktlichem Beginn der Yogastunde schliessen wir unsere Tür.

Hat es eine Garderobe/Dusche?

Ja. Es gibt an der Kramgasse eine Garderobe / WC allerdings keine Duscharmöglichkeit.

Gibt es ein Einführungsangebot?

Ja. Als neue/r Schüler/in hast du die Möglichkeit, einmalig beim ersten Besuch eine Schnupperstunde zu belegen.

Ich war längere Zeit nicht im Yogaatelier, besteht die Möglichkeit, nochmals von der Schnupperstunde Gebrauch zu machen?

Nein, die Schnupperstunde ist ein einmaliges Einführungsangebot.

Ich bin schwanger. Kann ich in die regulären Stunden kommen?

Ja. Bitte informiere mich vor der Stunde über deine Schwangerschaft. Grundsätzlich kannst du als Schwangere in alle regulären Stunden kommen und so viel mitmachen, wie du magst und dir gut tut. Je nach Asana und Pranayama werde ich dich darauf hinweisen, wenn etwas für Schwangere nicht geeignet ist und dir Alternativen aufzeigen.

Kann ich meinen Yogaplatz übertragen bzw. kann jemand anderer über meinen Yogaplatz verfügen?

Nein. Alle vergebenen Yogaplätze sind persönlich und nicht übertragbar.

Kann ich im Yogaatelier bar bezahlen ?

Nein. Du hast die Möglichkeit per Einzahlungsschein, TWINT oder per e -banking zu bezahlen.

Kann ich jeden Tag Yoga praktizieren ?

Ja. So oft wie du magst und dir gut tut. Sei bereit, über deine Komfortzone hinaus zu gehen, respektiere dabei aber immer die Grenzen deines Körpers. Eine regelmässige Yogapraxis ist sinnvoll.

Bin ich im Falle einer Verletzung/eines Unfalls von yogajoy versichert?

Nein. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Kann ich am Yogaunterricht teilnehmen, auch wenn ich krank bin?

Nein. Ich bitte dich, im Krankheitsfall nicht in die Yogastunde zu kommen.

Corona – Schutzkonzept

yogajoy richtet sich nach den aktuellen Bedingungen des BAG und des Verbandes yoga schweiz. Das Schutzkonzept liegt im Atelier auf und wird jederzeit eingehalten.