Kleiner Wegweiser

Be a yogi, be on time – Verspätung kann passieren, ist aber für keinen schön.

Praktiziere Yoga am besten mit leerem Magen, also vorher keine großen Mahlzeiten einnehmen.

Im Yoga ist der Atem für alle sehr wichtig. Daher achte auf einen neutralen Geruch, nutze weder zu viel Parfüm noch zu wenig Deo.

Achte auf freie Atemwege. Falls Du erkältet bist, hole die Stunde lieber zu einem späteren Zeitpunkt nach, auch aus Rücksicht auf die anderen Teilnehmer.

Falls Deine Matte oder Decke keinen sauberen Eindruck mehr macht, lege sie bitte separat, sie werden dann gereinigt.

Die Teegläser nach dem Gebrauch bitte kurz durchspülen.

Alle Fahrräder im Fahrradständer hinterm Haus abstellen.

Benutze bitte die Parkplätze gekennzeichnet mit „karmaconcepts“ oder „reserviert“.

Für die Kurse um 20:15h bitte erst ab 20:00h klingeln, da du sonst in die Tiefenentspannung hineinläutest.

Herzlichen Dank und viel Spaß beim Üben!