

Intensivprogramm Körperlich und mental Stark in vier Wochen Mit Gilles Bigler und Stefan Geisse

Kunden-Information und Verzichtserklärung

Liebe/r Teilnehmer/in des Intensivprogramms,

Du hast Dich entschlossen, am Intensivprogramm Körperlich und mental Stark in vier Wochen teilzunehmen. Gerne informieren wir Dich über einige wichtige Punkte:

- Die Kälte ist ein erheblicher Stressor für den Körper. Du solltest deshalb am Tag des Kältebades in guter körperlicher Verfassung sein. Wir empfehlen vor dem Workshop grundsätzlich einen Checkup bei einem Arzt in Bezug auf die körperliche Verfassung und Risikofaktoren beim Eisbaden. Bei folgenden Beschwerden und Krankheiten ist eine Risikoabklärung beim Arzt dringend angezeigt: bei diagnostizierten Herz-Kreislauf-Erkrankungen, bei Schmerzen im Brustbereich bei körperlichen Belastungen, wenn Du schon mehrmals das Bewusstsein verloren hast oder unter Schwindel leidest, bei Angststörungen oder Panikattacken.
- Deine Seminarleiter betreuen Dich aufmerksam, kompetent und motivierend. Sie können jederzeit Fragen stellen oder Bedenken äussern. Sie können während den Atemübungen, dem Eisbad oder dem Fitnessstraining jederzeit aufhören, falls sich die Erfahrung für Dich schlecht anfühlen sollte.
- Du behältst während dem ganzen Intensivprogramm die Selbstverantwortung und gestaltest mit, worauf und wie tief Du Dich einlassen möchtest. Durch Kälteexposition, Atemübungen oder Meditation können Prozesse ausgelöst werden, die eine tiefgreifende Selbsterfahrung bedeuten können. Mitunter kann es zu körperlichen Begleiterscheinungen (z. B. Müdigkeit) kommen, die jedoch Ausdruck des Heilungsprozesses sein können.
- Du verpflichtest Dich, die von den Seminarleitern erläuterten und vorgegebenen Sicherheitshinweise zu befolgen. Mit der Teilnahmebestätigung / Buchung entbindest Du ausdrücklich die Organisatoren von jeglicher Haftung in Bezug auf Unfall, Verletzung, Tod, Verlust oder Schaden an Ihrer Person, an anderen Personen oder Gegenständen (Sachschaden), ungeachtet der Verschuldensfrage, soweit dies gesetzlich zulässig ist. Der Vermögensverzicht umfasst alle Personen- und Sachschäden, wobei sich der Teilnehmer bewusst ist, dass das Eisbaden selber ein Gesundheitsrisiko darstellen kann.
- Sollten einzelne Bestimmungen oder Teile davon unwirksam oder ungültig sein bzw. werden oder der Vertrag eine Lücke aufweisen, bleibt die Gültigkeit der übrigen Bestimmungen des Dokuments dadurch unberührt. Die ungültigen oder unwirksamen Bestimmungen sind so auszulegen oder zu ersetzen, dass sie dem erstrebten Zweck der vorliegenden Erklärung am ehesten entsprechen.
- Wir sind begeistert von der Kraft der Kälte und freuen uns, Dich beim Intensivporgramm begrüssen und Dir die Faszination „Kälte“ vermitteln zu dürfen. So schön, dass Du dabei bist!

Die/der Unterzeichnende hat von allen Punkten Kenntnis genommen und ist damit einverstanden.

Name / Vorname: _____

Strasse / PLZ Ort: _____

Ort / Datum: _____ Unterschrift: _____