



das Studioleben

EIN ACHTSAMES MITEINANDER

**UNSER STUDIO IST EIN KRAFTSPENDENER ORT DER WERTSCHÄTZUNG & FREUDE.
ES LEBT DURCH DEINE ENERGIE, DEINEN CHARAKTER UND DEIN DA-SEIN.**

Ein Kursblock ist aktuell für 14 Pilatesstunden innerhalb eines definierten Zeitraums (üblicherweise, wenn uns keine Feiertage dazwischen kommen - 14 Wochen) gültig. Fällt an einem Termin die Stunde aus, wird das Training am Ende des Blocks natürlich nachgeholt.

Dein persönlicher Block sichert dir deine Matte in deinem Stammkurs für die Dauer des Kurses. Falls es dir mal nicht gelingt zu kommen, kannst du **deine Stunde jederzeit innerhalb des laufenden Kursblocks zu einem anderen Termin nachholen oder bereits vorab reinholen**. Eventuelle offene Stunden verfallen nach Ablauf deines Kursblocks.

Eine Ausnahme sind krankheitsbedingte Ausfälle in den letzten zwei Wochen vor Kursende. Fehlst du z.B. in der 13. Woche, weil du leider krank bist, kannst du deine verpasste Einheit im neu gebuchten Kursblock jederzeit nachholen.

Einzelne Einheiten, ganze Kursblöcke oder nicht aufgebrauchte Stunden sind nicht auf andere Personen übertragbar.

Der Einstieg in allen Kursen ist jederzeit - auch während eines Blocks - möglich. Die Kosten fallen dann als Summe der Einzelstunden (à 9 Euro) an.
(z.B. Einstieg in Woche 4 nach offiziellem Kursbeginn = 11 Stunden x 9 Euro)

Bist du **schwanger** und besuchst den Schwangerschaftskurs, hast du die Möglichkeit fortlaufend 5er Blöcke zu buchen. Dieser hat kein Ablaufdatum. Konntest du vor der Geburt deines Babys nicht alle Stunden aufbrauchen, löse diese einfach bei unserem Wiedersehen im Rückbildungskurs ein.

Bitte gib mir bestenfalls mindestens 6 Stunden zuvor Bescheid, falls du nicht kommen kannst - somit gibst du nämlich jemand anderen die Chance, sich über deinen Platz zu freuen. So, wie auch du dich freust, wenn du die Möglichkeit hast, in einen anderen Kurs auszuweichen.

Kommt deine Absage kürzer als 4 Stunden vor Kursbeginn, gilt deine Stunde als verbraucht und lässt sich nicht an einem späteren Termin nachholen.

Bitte halte dich beim Einparken an die weißen Bodenmarkierungen und die Garagenausfahrten immer frei.

Unser Parkplatz vor dem Studio hält 8 Plätze bereit. Sind schon wirklich alle Parkplätze besetzt, kannst du dein Auto parallel zur Straße abstellen. (bitte nicht beim Hackl Hof parken)

Manchmal findet vor deinem Kurs noch eine andere Einheit statt. Bitte ermögliche auch diesen Pilates_Freunden einen ruhevollen Auklang und **werfe bevor du das Studio betrittst einen kurzen Blick durch das Fenster rechts neben der Eingangstür.**

Sind wir noch auf der Matte, so **warte bitte** noch wenige Minuten vor der Tür.

Unser Studio ist ein Zentrum des Glücks wo wir gute Bekannte und Freunde treffen und unter lieben Gleichgesinnten ein gemeinsames Ziel verfolgen.

Es ist schön, wenn du vor und nach den Stunden zum Plaudern bleibst.

Während des Trainings möchte ich dich bitten, aus Wertschätzung keine Gespräche zu führen oder mit deiner Mattennachbarin/deinem Mattennachbar zu flüstern, um allen die Chance zu geben, sich tatsächlich ganz auf sich selbst - ohne Ablenkungen - konzentrieren zu können.

Die Stunde gehört dir. **Bitte schalte dein Handy aus, oder jedenfalls lautlos** und nimm es nur in wichtigen Ausnahmefällen neben dich auf die Matte mit.

Es kann sein, dass sich deine Ziele ändern - sich dein Körper ändert und du andere Wünsche für das Training hast - **ich freue mich, wenn du offen und ehrlich über deine Erwartungen und Wünsche für das Training mit mir sprichst**, um somit noch besser auf dich eingehen zu können und das Maximum aus deiner Stunde für dich rauszuholen.

Danke