

Az alábbi egészségügyi állapotok esetén nem szabad részt venni a jógatanfolyamokon:

- bármilyen súlyos gyulladással járó betegség van a szervezetben
- lázas állapotban
- műtét, trauma utáni lábadozás időszakában
- bármilyen fertőző illetve genyezéssel járó betegségnél
- csonttörésnél
- halmozott számban jelenlévő betegségek esetén
- nagyon idős és/vagy legyengült szervezetnél
- extrém magas, illetve alacsony vérnyomásnál
- nagyfokú érlemeszesedésnél
- bármilyen kiterjedt és súlyos érrendszeri problémáknál
- szívinfarktus utáni állapotban
- porckorongsérv, illetve bármilyen sérv esetében
- degeneratív elváltozásokkal járó ízületi betegségeknel
- sérült, illetve gyulladt ízületek, izmok, inak esetén
- súlyos szívbetegségnél
- várandósság alatt
- szülés után 6 hónapig
- hasmenésnél
- anorexia, bulimia megléténel
- nagy súlyfelesleg esetén
- tudatmódosító szerek befolyása alatti állapotban
- pszichiátriai kezelés alatt álló beteg
- mentálisan instabil személyiség esetén

Ha a felsoroltakon kívül előfordul nálad valamilyen betegség, ami esetlegesen problémát okozhat, illetve kizáró ok lehet a tanfolyamon való részvételhez, de nem tudod eldönteni, hogy probléma-e vagy sem, akkor írd meg egy e-mailt az info@selfnessyoga.hu címre és érdeklődj meg tőlünk.