Health Disclaimer

Mit dem Ansehen unserer Videos im Pilates Wellness Club (studio.thepilateswellnessclub.com) erklären Sie sich mit diesen Bedingungen einverstanden. Die Teilnehmer:innen bestätigen hiermit, dass keine gesundheitlichen Probleme vorliegen (einschließlich, aber nicht beschränkt auf Herzrhythmusstörungen, Verletzungen der Wirbelsäule, Knochen-, Gelenk-, Sehnen- oder Bänderprobleme, Schwindelanfälle, Asthma oder andere Atembeschwerden, Diabetes, Epilepsie oder Allergien), die die Teilnahme an den Kursen auf dieser Plattform beeinträchtigen könnten.

Bitte konsultieren Sie vor Beginn oder Fortsetzung dieses Programms Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder eine andere medizinische Fachperson. Sie erkennen an, dass Sie sich der Art von Bewegung während der Schwangerschaft bewusst sind und verstehen, wie wichtig es ist, Übungen bei Bedarf für Ihre Sicherheit und Ihr Wohlbefinden anzupassen. Mit der Teilnahme an diesen Übungen erklären Sie sich damit einverstanden, auf Ihren Körper zu hören und jede Aktivität sofort zu beenden, die Unwohlsein, Schmerzen oder Bedenken verursacht. Suchen Sie immer medizinischen Rat auf, wenn Sie Zweifel haben oder während bzw. nach dem Training ungewöhnliche Symptome bemerken. Es ist wichtig, Übungen individuell anzupassen und Bewegungen mit korrekter Ausrichtung und Technik auszuführen. Sollten Schwindel, Übelkeit, Atemnot oder andere bedenkliche Symptome auftreten, beenden Sie das Training sofort und wenden Sie sich an Ihre medizinische Fachperson. Die Anweisungen innerhalb unserer Kurse dienen ausschließlich der allgemeinen Orientierung und ersetzen keine professionelle medizinische Beratung oder ärztliche Freigabe.

By viewing our videos at Pilates Wellness Club (studio.thepilateswellnessclub.com), you agree to these terms and conditions. Participants hereby confirm that they have no pre-existing health conditions (including, but not limited to, heart rhythm disorders, spinal injuries, bone, joint, tendon, or ligament problems, dizziness, asthma or other respiratory conditions, diabetes, epilepsy, or allergies) that could affect their ability to safely participate in the classes offered on this platform. Please consult your physician, healthcare provider, or other qualified medical professional before starting or continuing this program.

You acknowledge that you are aware of the nature of exercise during pregnancy and understand the importance of modifying movements when necessary for your safety and well-being. By participating in these exercises, you agree to listen to your body and immediately stop any activity that causes discomfort, pain, or concern. Always seek medical advice if you have any doubts or experience unusual symptoms during or after exercise. It is important to adapt exercises individually and perform all movements with correct alignment and proper technique. If you experience dizziness, nausea, shortness of breath, or any other concerning symptoms, you must stop exercising immediately and consult your healthcare provider. The instructions provided within our classes are for general guidance only and do not replace professional medical advice or medical clearance.