

Wat fijn dat je aansluit bij een ademsessie. Zoals je zult gaan merken zit er ongelofelijk veel kracht in je adem. Ik vind het belangrijk dat je goed wordt geïnformeerd, daarom wil ik je vragen om dit document zorgvuldig door te lezen en vervolgens te ondertekenen.

Ademwerk kan een diepgaand effect op je mentale en fysieke staat hebben. Het is belangrijk om dit alleen te doen in een veilig omgeving. Pas de ademtechnieken die we gebruiken nooit toe voor of tijdens autorijden, deelnemen aan het verkeer, het nemen van een bad, zwemmen, duiken of elke andere situatie/plek waar het gevaarlijk kan zijn om flauw te vallen of duizelig te worden.

Contra-indicaties

Ademwerk is niet voor iedereen geschikt. Vanwege de privacyregels mag ik niet vragen naar je medische geschiedenis. Voor je eigen veiligheid en mijn veiligheid is het belangrijk je verantwoordelijkheid te nemen en onderstaande lijst door te nemen. Overleg met mij als één van de onderstaande situaties (op dit moment of in het verleden) voor jou geldt:

- Diabetes
- Hoge bloeddruk
- Aneurysma
- Hart- en vaatziekten
- Nieraandoeningen
- Glaucoom of netvliesproblemen
- Ongecontroleerde schildklierziekten
- Actieve alcohol- of drugsverslaving
- Epilepsie of andere neurologische aandoeningen
- Recente operaties, hechtingen of (open) wonden
- Ernstige psychische, psychosomatische of psychiatrische aandoeningen of trauma (PTSS)
- Overleg noodzakelijk bij zwangerschap, astma, paniekaanvallen/hyperventilatie en medicatiegebruik bij angst, depressie, AD(H)D, OCD of gerelateerde klachten)

Voorwaarden

Deelname aan de ademsessie is geheel op eigen risico. Elke actie of gebrek aan acties naar aanleiding van de gevolgen van de ademsessie tijdens of na de sessie wordt uitsluitend gedaan door je eigen keuze en verantwoordelijkheid. Dit is noch de verantwoordelijkheid noch de aansprakelijkheid van Sanne Ruiter. Door deel te nemen aan de ademsessie aanvaard je de volledige verantwoordelijkheid en doe je afstand van alle rechten op aansprakelijkheid of claims tegen Sanne Ruiter.

Ondertekening

Door het ondertekenen verklaar ik dat ik dit document met de contra-indicaties en voorwaarden gelezen heb en de inhoud volledig begrijp. Ik ga vrijwillig akkoord met de hierboven vermelde voorwaarden.

Naam:

Datum:

Handtekening:

Plaats: