

Feedback-Fragebogen zum Yoga-Kurs _____

		Trifft gar nicht zu	Trifft etwas zu	Trifft deutlich zu	Trifft sehr zu
1	Durch den Kurs fühle ich mich insgesamt entspannter. - Unmittelbar nach dem Kurs				
a					
b	- Auch darüber hinaus				
2	Durch den Kurs spüre ich positive Auswirkungen auf meine körperliche Verfassung. - Unmittelbar nach dem Kurs				
a					
b	- Auch darüber hinaus				
3	Durch den Kurs spüre ich positive Auswirkungen auf meine Atmung. - Unmittelbar nach dem Kurs				
a					
b	- Auch darüber hinaus				
4	Durch den Kurs spüre ich positive Auswirkungen auf meine geistige Verfassung. - Unmittelbar nach dem Kurs				
a					
b	- Auch darüber hinaus				
5	Der Kurs hat mich dazu gebracht auch zu Hause Yoga zu üben.				
6	Der Kurs hat dazu beigetragen, dass ich mehr auf meine Gesundheit achte.				

Anregungen/ Wünsche: _____

Datum/Name (freiwillig): _____