

## **CURSUSVOORWAARDEN Yoga-Uurtje**

1. Hatha Yoga is een fysieke yogavariant die voor een groot deel bestaat uit de beoefening van lichaamshoudingen (asana's) en ademhalingstechnieken (pranayama).

Daarnaast worden er in de lessen ook ontspanningsoefeningen en meditatieoefeningen gegeven. Het algemene doel van de lessen is het op een plezierige wijze bevorderen van uw gezondheid en welbevinden.

2. Voor de yogalessen heeft u nodig:

- Kleding waarin u zich gemakkelijk kunt bewegen
- Grote handdoek of kleedje
- Sokken

3. Het is voor de groep en de yogadocent belangrijk dat u op tijd aanwezig bent. Als u verhinderd bent, wilt u dit dan tijdig afmelden? Dit kan mondeling, telefonisch, via een appje (06-24305621) of per e-mail: via de website: [www.yoga-uurtje.nl](http://www.yoga-uurtje.nl)

4. Een les die u mist en tijdig heeft afgemeld kan in overleg in dezelfde week worden ingehaald. Gemiste lessen kunnen niet worden meegenomen naar het volgend cursusjaar,

5. Het cursusjaar bestaat uit vijf blokken.

6. Door inschrijving en/of betaling verbindt u zich voor een heel blok en gaat u akkoord met de cursusvoorwaarden.

Bij langdurige ziekte of zwangerschap is een regeling bespreekbaar. Restitutie van lesgeld is niet mogelijk.

7. Als u niet meer wilt deelnemen aan het volgende blok, dient u dit minstens 3 weken van te voren aan te geven bij de yogadocent.

8. Het cursusgeld dient voor de start van het lessenblok te zijn betaald. Wanneer het cursusbedrag niet tijdig is ontvangen dan kan de toegang tot de les worden ontzegd.

9. De tarieven worden voor het begin van ieder cursusjaar

bekend gemaakt, zijn opvraagbaar en in te zien op de website ([www.Yoga-Uurtje.nl](http://www.Yoga-Uurtje.nl)).

10. Vakanties worden tijdig aangegeven: hiervoor wordt aan het begin van het cursusjaar een mail met het rooster en vakantiedagen gestuurd. De vakantie en feestdagen staan ook de website.

11. Tijdens de les volgt u de aanwijzingen op die de yogadocent geeft t.a.v. de intensiteit en de belasting van de oefeningen.

12. U volgt de lessen op eigen risico. Tijdens de les wordt er steeds op gewezen dat geen enkele oefening onplezierig mag zijn of pijn mag doen. Als u onder medische behandeling bent, wilt u dan overleg plegen met uw behandelaar over het volgen van yogalessen? Dit geldt ook voor mensen die een operatie hebben ondergaan of chronische klachten hebben.

13. Bij zwangerschap, ziekte of andere klachten dient u de yogadocent vóór aanvang van de les te informeren. Dit kan telefonisch (06-24305621).

14. Uw mobiele telefoon dient op niet hoorbaar te staan tijdens de les.

15. De yogadocent is niet aansprakelijk voor verlies of diefstal en schade van persoonlijke eigendommen. Wij adviseren u geen waardevolle eigendommen mee te nemen naar de les.

16. De Yogadocent is aangesloten bij de Vereniging Yogadocenten Nederland (VYN) en zal de beroepscode van de VYN naleven.

17. Bij klachten probeert de yogadocent deze samen met u op te lossen. Lukt dat niet dan zal de yogadocent u wijzen op de klachtenregeling van de VYN.

18. Informatie over de VYN is te vinden op [www.vyn.nu](http://www.vyn.nu).