

## **CURSUSVOORWAARDEN YOGA**

1. Yogales bestaat uit het beoefenen van lichaamshoudingen (asana's) en ademhalingstechnieken (pranayama). Daarnaast worden er in de lessen ook ontspanningsoefeningen gegeven. Het algemene doel van de lessen is het op een plezierige wijze bevorderen van uw gezondheid en welbevinden. Bij de uitleg van de oefeningen krijgt u ook informatie over de betekenis en achtergronden.
2. Voor de yogalessen heeft u nodig:
  - kleding waarin u zich gemakkelijk kunt bewegen
  - groot badlaken, matje, deken of slaapzak
  - sokken, maar ook schone voeten
3. Het is voor de groep belangrijk dat u op tijd aanwezig bent. Wilt u zich als u verhinderd bent, tijdig afmelden?. Dit kan mondeling, telefonisch of per e-mail.
4. Uw mobiele telefoon dient "uit" te staan tijdens de les.
5. Een les die u mist en tijdig heeft afgemeld kan in overleg worden ingehaald. Gemiste lessen kunnen niet worden meegenomen naar het volgende cursusjaar.
6. Het cursusjaar bestaat uit twee blokken:
  - september – december
  - januari – juni
7. Door inschrijving verbindt u zich voor een heel blok. U betaalt het cursusbedrag in één keer. Hiervan kan alleen afgeweken worden als dit van tevoren overeengekomen is. Bij langdurige ziekte of zwangerschap is een eventuele regeling bespreekbaar.
8. Het cursusbedrag dient voor de start van het lessenblok te zijn betaald. Wanneer het cursusbedrag niet tijdig is ontvangen of een betalingsachterstand is opgelopen kan de toegang tot de les worden ontzegd.
9. De tarieven worden voor het begin van ieder cursusjaar bekendgemaakt, zijn opvraagbaar en in te zien op de website ([www.guusvandenekart.nl](http://www.guusvandenekart.nl))
10. Vakanties worden vooraf aan het seizoen gemeld.
11. Tijdens de les volgt u de aanwijzingen op die de yogadocent geeft ten aanzien van 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. Als u niet meer wilt deelnemen aan het volgende blok, dient u dit minstens 4 weken van tevoren aan te geven bij de yogadocent.
14. Bij zwangerschap kunt u ervoor kiezen de lessen gewoon te blijven volgen of over te stappen naar zwangerschapsyoga. De kosten worden dan verrekend.
15. Bij zwangerschap, ziekte of andere klachten dient u de yogadocent vóór aanvang van de les te informeren. Dit kan ook telefonisch van **18.00 uur tot 19.00 uur** op nummer **06-36168005**.
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)