

Algemene voorwaarden *MyogaFriesland*

Veilig bewegen

Yoga kan op iedere leeftijd op tal van niveaus beoefend worden.

Voor niet-geoeffenden en beginners houdt het overschrijden van de persoonlijke grens letselrisico's in. Yoga is altijd persoonlijk maatwerk, dat ook afhangt van je actuele conditie en beperkingen.

1.1. Elke deelnemer is verplicht alle lichamelijke en/of psychische klachten te melden aan de docent. Ook als dit niet relevant lijkt. Deelneming is alleen mogelijk als uw gezondheidstoestand geen belemmering vormt. Neem bij twijfel contact op met uw huisarts.

1.2. **De deelnemer is verantwoordelijk voor bewegen binnen zijn eigen grenzen en mogelijkheden en op geen enkel moment zijn persoonlijke (pijn)grens te overschrijden.**

De deelnemer neemt de **99%-regel** te allen tijde in acht.

1.3. Deelname aan de lessen geschiedt volledig op eigen risico van de deelnemer. *MyogaFriesland* kan op geen enkele wijze aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade of opgelopen letsel van de deelnemer in en om de ruimte van *MyogaFriesland*.

2. Deelname, regels en voorwaarden

2.1 Deelname aan één van de lessen, workshops en activiteiten betekent akkoord gaan met deze Algemene Voorwaarden.

2.2 In de yogastudio houden we ons aan volgende regels:

- Wij betreden de studio zonder schoenen.
- Mobiele telefoons staan uit of op vliegtuigstand.
- **Je neemt je eigen yogamat mee of een groot badlaken**

Yoga is **BALANS** -

tussen lichaam en geest, inspanning en ontspanning, buiten en binnen.

Fundamenteel is het bewust waarnemen van je lichaam tijdens de beoefening en luisteren naar lichaamssignalen.

Je de focus naar binnen gericht.

Vandaar dat we in principe niet praten tijdens de les.

Daarvoor is ruimte bij een kopje thee achterna.

99%-REGEL voor stretch-houdingen

Verken luisterend naar je lichaam rustig je (pijn)grens en ga iets terug naar maximaal 99%.

Dit punt kun je gaande de beoefening rustig oprekken, voor zover je lichaam **dat zonder pijn toelaat**.

3. Betaling

- 3.1 Betaling gebeurt vooraf, door de aankoop van een leskaart of een abonnement.
- 3.2 De 10-lessen-kaart heeft een geldigheidsduur van 11 weken.
- 3.3 Voor cursisten met onregelmatige werktijden is er een de vrije-keuze-leskaart, die een geldigheidsduur heeft van 6 mnd.
- 3.4 Abonnement – betaling per maand
(betaling 10 maanden per jaar. Juli, augustus houdt Myoga Friesland een zomerstop. Ev. m.u.v. inhaallessen of een zomerprogramma)
Een abonnement is wordt aangegaan voor een periode van 1 jaar, waarna deze per maand opzegbaar is. Dit ingaande op de 1^e dag van iedere maand. De einddatum is altijd de laatste dag van de maand. Het aanvragen van een abonnement geschiedt door het invullen en ondertekenen van het inschrijfformulier door deelnemer, waarbij deelnemer Myoga Friesland toestemming geeft tot het maandelijks incasseren van het lidmaatschap .
- 3.5 Restitutie voor gemiste lessen door afwezigheid van het lid is niet mogelijk. Indien er plaats is, kan een les dezelfde week in een andere groep worden ingehaald. Dit altijd op aanmelding, voor zover ruimte is. Uitgevallen lessen door afwezigheid van de docent worden niet in rekening gebracht.
- 3.6 Bevriezing van het lidmaatschap is uitsluitend mogelijk in geval van hoge uitzondering.

4. Annuleren workshops en sessies

- 4.1. Voor workshops en sessies buiten het reguliere rooster om geldt dat kosteloos annuleren niet mogelijk is. Wanneer het lid zich opgeeft of inschrijft voor een workshop of sessie ontstaat een betalingsverplichting en wordt het lid geacht deel te nemen.
- 4.2. Ook wanneer het lid niet kan deelnemen, blijft deze betalingsverplichting bestaan.
- 4.3. Wel is het mogelijk om iemand anders in jouw plaats te laten komen.

5. Uitsluiting

- 5.1 *MyogaFriesland* heeft het recht deelname van de aangemelde deelnemer aan een les te weigeren, als de deelnemer niet tijdig aan zijn betalingsverplichtingen heeft voldaan.
- 5.2 *MyogaFriesland* heeft het recht de toegang tot de lessen, zonder opgave van redenen, te weigeren.

6. Toepasselijkheid en geschillen

- 6.1 Deze voorwaarden zijn van toepassing op alle overeenkomsten met *MyogaFriesland* betreffende deelname aan lessen of houden van cursussen, trainingen en andere vormen van opleiding, dan wel advisering in de ruimste zin van het woord.

- 6.2 Afwijkingen van deze overeenkomst zijn slechts bindend als zij schriftelijk zijn bevestigd door *MyogaFriesland*.
- 6.3 Geschillen voortvloeiend uit de overeenkomsten waarop deze Algemene voorwaarden van toepassing zijn, zullen worden onderworpen aan de bevoegde rechter in de plaats of omgeving van de vestiging van *MyogaFriesland* behoudens hogere voorziening.