

Deze algemene info en voorwaarden is nog niet actueel voor het seizoen 2018-2019. Wordt binnenkort aangepast.

WELKOM

Hartelijk dank voor uw belangstelling.

In dit document vindt u algemene informatie en voorwaarden die van toepassing zijn bij deelname aan de yoga lessen bij Yogapraktijk De Vlinder.

Ik, Tiny van Wylick, heet u van harte welkom en wens u veel plezier en ontspanning toe.

DRU YOGA LESSEN

Volwassenen

De lessen bestaan uit Dru yoga oefeningen gecombineerd met aspecten uit andere vormen van yoga. Dru yoga kenmerkt zich door de zachte, vloeiende bewegingen en de positieve kracht van ons hart. Dru yoga komt voort uit een eeuwenoude Indiase traditie. De ontwikkelde technieken vormen een uitstekende methode om balans te vinden tussen lichaam (fysiek), hart (emoties) en geest (mentaal). Het levert daarmee direct een positieve bijdrage aan onze gezondheid.

Grofweg bestaat iedere yoga les uit even liggen, daarna een activering, speciale oefenreeksen, asana's (lichaamshoudingen) en als afsluiting een liggende diepe ontspanning. De aandacht, ademhaling en ervaringen staan centraal. De oefenreeksen en asana's herhalen we vaker om zo meer diepgang te kunnen ervaren.

LESTIJDEN

Vanaf 10 minuten voor aanvang van de les bent u welkom om rustig binnen te komen. Na de yoga les van anderhalf uur, drinken we gezamenlijk nog even een kop thee.

Maandag	Donderdag
13.15-14.45 uur	10.00-11.30 uur
19.30-21.00 uur	19.30-21.00 uur

Kijk voor actuele data en tijden op de website bij het kopje agenda: <http://www.yogadevlinder.nl>

YOGASEIZOEN

Het yogaseizoen duurt telkens van begin oktober tot eind mei/begin juni en wordt verdeeld in 3 blokken van elk ong. 10 lessen, afhankelijk van de jaarplanning.

Tijdens schoolvakanties, feestdagen en incidentele data worden er geen yoga lessen gegeven. Voorafgaand aan elk blok ontvangt u schriftelijk de exacte lesdata.

LESGELD

Reguliere les:

Wanneer u zich inschrijft voor een yogaseizoen, zijn de kosten voor een reguliere yoga les van anderhalf uur, 10 euro per les. Er wordt een vaste plek voor u gereserveerd in een vaste groep en tijd.

Het lesgeld dient voldaan te zijn telkens bij aanvang van een blok.

Dit kan contant of door middel van overboeking op Triodos bankrekening NL53 TRIO 0197877435 ten name van C.J.M. van Wylick, Belfeld onder vermelding van uw voor- en achternaam.

Algemene informatie en voorwaarden Yogapraktijk De Vlinder.

Versie 1: seizoen 2017-2018

5 strippenkaart*:

U kunt ook een 5 strippenkaart kopen. Deze kost 55 euro en geeft recht op 5 losse yogalessen. Deze strippenkaart is een jaar geldig en mag ook door derden gebruikt worden.

Losse yoga les*:

Een losse yoga les kost 12,50 euro.

Extra yogales*:

Wilt u als vaste cursist een keer een extra yoga les volgen dan betaalt u 7,50 euro voor die yoga les.

* Een strippenkaart yoga les, een losse yoga les of extra yoga les kunt u alléén volgen in overleg en wanneer er plaats is in de gewenste groep en tijd. Vol=vol. Er wordt geen vaste plek voor u gereserveerd.

Individuele yoga les: op aanvraag.

PRAKTISCH

In de yogaruimte zijn matten, kussens en dekens aanwezig.

Graag zelf meenemen:

- een grote badhanddoek of deken om op de mat te leggen (ivm hygiëne)
- een flesje water
- sokken (liefst met nopjes)
- een warm vest/trui om aan te trekken tijdens de liggende ontspanning
- draag schone makkelijk zittende (laagjes)kleding, bv een legging/joggingbroek, T-shirt.

Het is tevens verstandig om van te voren niet te veel te eten. Eet bij voorkeur een lichte maaltijd.

LOCATIE

De yoga lessen worden bij mij thuis gegeven; Bolenbergweg 16a in Belfeld. In de voormalige hooizolder van onze woonboerderij is een yogaruimte gecreëerd. Wanneer u aan de linkerkant van het huis, de oprit volgt tot net na het zwarte hekje, bevindt zich aan uw rechterkant een groene voordeur. Hier kunt u naar binnen. U komt dan in een halletje waar u uw jas kunt ophangen, evt. verkleed en schoenen uit kunt doen. Via de trap naar boven komt u in de yogaruimte.

HUISREGELS

Gelieve niet te gebruiken of mee te nemen in de yogaruimte:

- parfum of sterk ruikende deodorants, haarlak etc.
- schoenen, liefst ook tassen, sleutels etc.
- mobiele telefoon (graag uit zetten)
(bij hoge uitzondering wel toegestaan in de yogaruimte als u dringend bereikbaar moet zijn)
- andere zaken die hinderlijk kunnen zijn voor een ander

De deur in het halletje beneden wordt voor aanvang van de yoga les afgesloten, zodra iedereen binnen is. Zorg dat u op tijd bent. Mocht u onverhoopt wat later zijn, geeft u dit dan meteen door.

VOORWAARDEN

Gratis proefles

Een nieuwe cursist kan kennismaken met de Dru yoga door middel van een proefles. Deze les is gratis. Daarna besluit u of u door wilt gaan. Wanneer u ervoor kiest om door te gaan kunt u op dat moment instromen indien er een plek vrij is.

Yogaseizoen

U schrijft zich in principe in voor een heel yogaseizoen met een stilzwijgende verlenging per blok én per seizoen. Mocht u tussentijds iets willen veranderen, dan kan dat in overleg en indien mogelijk. Er zijn geen inschrijfkosten verschuldigd.

Opzegtermijn

Bij opzegging geldt er een opzegtermijn van 4 weken vóór aanvang van een nieuw blok of nieuw seizoen. Mocht u later opzeggen, bent u het volledige lesgeld van het eerstvolgende blok verschuldigd. Opzeggen kan dan ook alleen maar per blok en in achtneming van de opzegtermijn.

Gemiste les

Als u van te voren weet dat u niet kunt komen, meldt u zich dan zo spoedig mogelijk af. Hierdoor wordt het voor iedereen makkelijker om een yoga les in te halen.

Ongeacht welke reden wordt een gemiste les niet terugbetaald.

Wanneer u een les mist, kunt u in overleg:

- op een ander gewenst tijdstip inhalen, mits er plaats is in de andere groep.
- iemand anders in uw plaats laten deelnemen, bijvoorbeeld een familielid of vriend(in)

Afmelden: mondeling of telefonisch: 077 – 4753019. Via een Whatsapp of SMS bericht: 06-23054518 of via e-mail: info@yogadevlinder.nl

Whats app yogagroep

In een door mij aangemaakte Whats app yogagroep geef ik regelmatig aan wanneer er lege plekken beschikbaar zijn om yogalessen in te halen of extra yogalessen te volgen. In volgorde van aanmelding kunt u dan een les inhalen of een extra les volgen. Vol=vol. Deze Whats app yogagroep is bedoeld als extra service. Reageer alleen als u kunt en alléén voor dit doeleinde. Afmeldingen, vragen/opmerkingen etc. dient u apart aan mij door te geven.

Wilt u in deze Whats app yogagroep meedoen, dan kunt u uw mobiele telefoonnummer doorgeven en zal ik u toevoegen. In verband met privacy; bent u zich bewust dat uw telefoonnummer zichtbaar is voor de andere leden van de groep. Derhalve het dringende verzoek om ieders privé nummer te respecteren en niet aan derden door te geven.

Uiteraard kunt u ook zoals altijd tijdens de yoga les mondeling informeren of er een plek vrij komt of een voorkeurstijdstip doorgeven om een les in te halen, dan zet ik dat voor u in optie.

Lesuitval

Wanneer er een yoga les uitvalt, stel ik u zo spoedig mogelijk op de hoogte via de e-mail / telefonisch of via Whats app/sms bericht.

Bij ziekte of anderszins onverhoopt verzuim mijnerzijds, behoud ik het recht voor om passende vervanging te regelen; op een nader te bepalen moment een inhaal groepsyoga les te laten plaatsvinden; of u ontvangt het geld* van de uitgevallen yoga les terug.

*Dit is pas geldig vanaf een 2^e keer lesuitval mijnerzijds. Als tegemoetkoming heeft u wel als vaste cursist dan de mogelijkheid om op een ander tijdstip of in een nader te bepalen inhaal groepsyoga les, de eerste uitgevallen yoga les in te halen. Als u dit wilt, dient u dit zelf aan te geven. Indien inhalen niet gaat, komt die yoga les te vervallen en wordt deze vervallen yoga les helaas niet gerestitueerd.

Eigen verantwoording

Iedere cursist neemt volledig op eigen verantwoording en risico deel aan de yoga lessen. Derhalve kan ik, Tiny van Wylick op geen enkele wijze aansprakelijk gesteld worden voor eventuele schade en/of verlies van uw eigendommen, noch voor enige vorm van een door u opgelopen letsel voor, tijdens of na de yoga les.

Het is belangrijk dat u luistert naar uw eigen lichaam en uw eigen grenzen. De yoga lessen worden zorgvuldig samengesteld. Tijdens de yoga lessen worden duidelijke instructies gegeven, waarin u zelf de verantwoordelijkheid draagt.

Intakeformulier

Het intake formulier ontvangt u wanneer u besluit deel te gaan nemen aan de yoga lessen. Op dit formulier staan een aantal vragen omtrent uw persoonsgegevens, gezondheid, uw reden om te starten met yoga en uw ervaring met yoga. Uiteraard ga ik zorgvuldig en vertrouwelijk om met uw gegevens.

Middels dit ingevulde en ondertekende formulier bent u als cursist ingeschreven voor yoga lessen bij Yogapraktijk de Vlinder.

Het is belangrijk voor u zelf dat ik voldoende op de hoogte ben van uw lichamelijke- en geestelijke gezondheid. Wanneer hierin uw situatie tussentijds wijzigt is het uw verantwoording dit aan mij voor de yoga les door te geven.

Verklaring

Door deel te nemen aan de yoga lessen gaat u akkoord met de voorwaarden en huisregels, zoals vermeldt in dit document.

Wijzigingen

Ik behoud me het recht voor om te allen tijde de prijzen, lestijden/lesdata en voorwaarden/huisregels te wijzigen.

CONTACT

Yogapraktijk de Vlinder
Tiny van Wylick

Adres

Bolenbergweg 16A
5951 AZ Belfeld

Telefoon

077-4753019
06-23054518 (alleen Whatsapp en SMS berichten)

E-mail

info@yogadevlinder.nl

Website

<http://www.yogadevlinder.nl>

Social Media

[facebook.com/yogapraktijkdevlinder](https://www.facebook.com/yogapraktijkdevlinder)

Bank

Triodos bank NL53 TRIO 0197877435