



Algemene voorwaarden YogaRelax

Inschrijving / Balanskaart

- De balanskaart is persoonsgebonden en niet overdraagbaar, niet verhandelbaar en niet restitueerbaar, tenzij anders in deze voorwaarden wordt gespecificeerd. Men kan de kaart niet uitlenen om anderen hiervan gebruik te laten maken
- De balanskaart dient van tevoren betaald te zijn
- De balanskaart wordt altijd aangegaan voor de minimum duur van 10 lessen of 20 lessen en is 12 maanden geldig
- LET OP: voor Yoga in Doeken geldt dat u deze lessen enkel kunt boeken met een Yoga in Doeken Balanskaart. Met deze balanskaart kunt u wel alle overige lessen boeken, echter betaald u dan wel meer per les (er vindt geen restitutie plaats). Advies is om voor de overige lessen één van de andere balanskaarten aan te schaffen zodat u niet teveel betaald.
- Het boeken van lessen vindt digitaal plaats via Momoyoga. Voor elke les (behalve online) staan de maximaal beschikbare plaatsen weergegeven. U kunt geen rechten ontlenen aan een plek mits u heeft geboekt via het systeem. Indien een les volgeboekt is op een bepaalde datum kunt u een plek in een andere les op een andere datum boeken
- Het is verplicht om voor alle yogalessen die u bijwoont vooraf een plek te boeken. Bij het niet boeken van een plek heeft u geen recht op deze plek in de les. Mocht het voorkomen dat iemand tijdens een studio les een plek inneemt zonder boeking dan gaat diegene met boeking voor (bij een volle bezetting)
- Tot 18 uur voor aanvang van de les kan een boeking door u geannuleerd worden. Daarna is de les automatisch in rekening gebracht
- Tot nul uur voor aanvang van de les kan een les nog geboekt worden
- Er is alleen restitutie van de balanskaart mogelijk in geval van langdurige ziekte, langer dan een periode van 3 weken. Hierbij dient een doktersbewijs overlegd te worden
- De docent behoudt het recht een les door omstandigheden te laten vervallen. Dit zal slechts bij hoge uitzondering gebeuren
- Wanneer de docent door omstandigheden geen les kan geven zal zij proberen vervanging te regelen. De les kan afwijken van de yogastijl die u gewend bent
- Mocht het niet mogelijk zijn een docent te vinden die de les kan overnemen, behoudt de docent het recht de les te laten vervallen.

Lichamelijke conditie / Risico

- De yogi garandeert en verklaart het volgende: dat hij/zij in goede lichamelijke conditie verkeert; dat hij/zij op de hoogte is van een medische of andere reden waarom hij/zij niet in staat zou zijn zich in te laten met actieve of passieve lichaamsbeweging; dat deze niet schadelijk is voor zijn/haar gezondheid, veiligheid, welzijn of lichamelijke conditie



- Men geen lichaamsbeweging uit zal voeren wanneer hij/zij in een toestand verkeert waarmee hij/zij in een toestand verkeert waarmee hij/zij de gezondheid, veiligheid, het welzijn of de lichamelijke conditie van derden schaadt
- Het deelnemen aan de lessen is geheel voor eigen risico. De docent is volledig gevrijwaard van iedere vorm van aansprakelijkheid voor mogelijke blessures of kwetsuren, die direct of indirect in verband staan of in verband gebracht kunnen worden met het deelnemen aan de lessen.

COVID-19 maatregelen / afspraken tijdens deze periode

- Houdt u aan de RIVM richtlijnen tijdens de studio lessen
- Tijdens yoga bevinden we ons op een vaste plek. Yoga is geen sport in teamverband waarbij je met elkaar in aanraking komt. Op deze manier kunnen we de studio optimaal en veilig gebruiken met inachtneming van een minimale onderlinge afstand van 2 meter zodat we er zeker van zijn dat er 1,5 meter in acht genomen wordt. Er is voor gekozen om maximaal zes deelnemers (excl. docent) per les deel te laten nemen om de 1,5 meter regel ruim aan te kunnen houden. Vervolgens zullen we in dit document verder de 2 meter vermelden
- Mondkapjes mogen indien u dat prettig vindt, echter zijn mondkapjes niet verplicht aangezien de studio geen publieke ruimte is
- Blijf absoluut thuis indien uw verkoudheidsklachten heeft (hoesten, niezen, neusverkoudheid), getest of niet getest! Online kunt u altijd deelnemen aan een les of kijk één van de opgenomen lessen via www.yogarelax.eu/video , alleen indien uw gezondheidstoestand dit toelaat
- Houdt 2 meter afstand tot elkaar en desinfecteer uw handen bij binnenkomst van de studio
- Buiten onder het afdak, in de gang en in de kleedkamer (max. 3 personen) tevens s.v.p. 2 meter afstand houden. Indien de kleedkamer vol is, s.v.p. wachten in de hal en gang op 2 meter afstand totdat er iemand de kleedkamer heeft verlaten, volgens het principe één persoon er uit, één persoon er bij, niet meer dan drie personen maximaal in de kleedkamer. Het heeft de voorkeur dat u zich thuis omkleedt zodat de doorstroming sneller gaat
- Uw vaste plek ligt klaar bij binnenkomst
- LET OP: pak s.v.p. bij binnenkomst direct uw schoonmaakspray en handdoekje!
- Pak zelf uw attributen die nodig zijn uit de kast. De benodigde attributen liggen als voorbeeld klaar bij de mat van de docent
- Geef uw voorganger de ruimte om zijn/ haar attributen te pakken



- Eigen mat en attributen mag (handdoek, blokken, kussentje). Attributen zijn eventueel aan te schaffen vanuit het yogawinkeltje of elders
- Hoest of nies in uw ellenbogen en gebruik papieren zakdoekjes indien u uw neus snuit. Per ongeluk toch in uw handen gehoest of geniest? S.v.p. uw handen direct desinfecteren. Tijdens de les wordt er gevraagd eerlijk uw hand te heffen. Er zal desinfectiemiddel in de ruimte aanwezig zijn zodat u uw handen kunt desinfecteren en daarna verder kunt gaan met uw practise
- Na afloop van de les dient u zelf uw gebruikte yoga materialen schoon te maken, met de spullen die u in het begin van de les heeft gepakt, en op te ruimen
- Verlaat op aangeven van de docent de ruimte om beurten, in de aangegeven volgorde en looproute, dit om ook tijdens het verlaten van de ruimte 2 meter afstand van elkaar te houden
- Zodra er drie personen in de kleedkamer zijn, zelfde principe als bij binnenkomst, s.v.p. wachten met 2 meter afstand tot elkaar totdat er minder dan drie zijn zodat de volgende persoon zich kan omkleden, volgens het principe één persoon er uit, één persoon er bij, niet meer dan drie personen maximaal in de kleedkamer. Het heeft de voorkeur dat u zich thuis omkleedt
- Neem uw verantwoordelijkheid, neem bovenstaande regels in acht en wees geduldig zodat we samen des te sneller het Corona virus onder controle krijgen. Bedankt voor uw steun, geduld en respect naar elkaar.

Vakanties / vrije dagen

De studio zal in geval van schoolvakantie gesloten kunnen zijn. Afwezigheid wordt ruim van tevoren bekend gemaakt. Schoolvakanties kunnen worden benut voor extra online lessen en/of workshops.

Handige tips:

- Het is aan te raden om licht te eten voor het begin van de les indien u vlak daarna een training volgt
- Kom op tijd bij de studio lessen (liefst 10 minuten voor aanvang van de les); als de les is begonnen kun u bij de hoofdlocatie nog intrede doen, beneden langs het souterrain
- Indien u een online training volgt kunt u het beste op voorhand reeds uw te gebruiken spullen klaar leggen



- Online trainingen zullen reeds een kwartier voor aanvang van de les toegankelijk gemaakt worden. LET OP: zodra u uzelf aanmeldt komt u altijd in de “Zoom wachtkamer” van YogaRelax. De docente zal u toegang verschaffen tot de training. Indien u na de starttijd van de training inlogt kan dit eventueel iets langer duren. In dat geval even geduld s.v.p., u zult zo snel mogelijk worden toegelaten
- Laat u gezondheidsconditie s.v.p. ver op voorhand weten bij veranderingen in uw gezondheid, blessures of zwangerschap!
- Beweeg langzaam en bewust, nooit overhaasten of forceren; stop en rust zodra uw lichaam aangeeft dat dit nodig is
- Yoga is geen competitie, maar een practise die u voor uzelf op uw eigen niveau uitvoert; probeer u niet te vergelijken met de ander
- In de studio zijn yogamatten aanwezig, het meenemen van een eigen mat is daarom geen noodzaak; het aanschaffen van een eigen mat wordt wel geadviseerd i.v.m. uw eigen practise thuis en hygiëne
- Zet uw mobiele telefoon geheel uit /vliegtuigmodus voor het begin van de les