

REGULAMIN ZAJĘĆ JOGI

Z dnia 09.10.2024r.

Bardzo dziękuję za zaufanie i dołączenie do zajęć Jogi w:
BLOOMING Elżbieta Zygmunt-Adamczyk

Każdy uczestnik zobowiązany jest do zapoznania się z regulaminem zajęć oraz do jego bezwzględnego przestrzegania.

POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Uczestnik oświadcza, że jest świadomy, iż udział w zajęciach jest dobrowolny
2. W zajęciach jogi udział biorą osoby dorosłe i/lub młodzież powyżej 16 roku życia tylko i wyłącznie za zgodą opiekuna prawnego po podpisaniu Oświadczenia.
3. Uczestnik zobowiązuje się do dbania o bezpieczeństwo własne i innych uczestników.
4. Na Sali poruszamy się w skarpetkach lub na boso.
5. Za przedmioty wartościowe pozostawione na sali ćwiczeń, toalecie w części wspólnej „Blooming Elżbieta Zygmunt-Adamczyk” nie ponosi odpowiedzialności.
6. Zabrania się spożywania jakichkolwiek używek: picia alkoholu, palenia papierosów, zażywania „roślin mocy”, środków psychogennych przed, po oraz w trakcie praktyk.
7. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania ogólnie przyjętych norm zachowania na sali, a w szczególności do:
 - ✓ Uczestnik zobowiązuje się do punktualnego stawiennictwa na zajęcia, na które należy przyjść minimum 5-10 minut przed rozpoczęciem.
 - ✓ Uczestnik zobowiązuje się przed wejściem na salę bezwzględnie wyciszyć/ wyłączyć telefon komórkowy i inne urządzenie elektroniczne w tym zegarki typu Smart Watch (najlepiej na tryb samolotowy).
 - ✓ Uczestnik ma świadomość, że każde zajęcia stanowią całość, a spóźnienie powoduje zakłócenie energii, atmosfery i spokoju niezbędnego do wykonywania głębokich praktyk rozwojowo-duchowych.
 - ✓ Uczestnik zobowiązuje się do zachowania spokoju
 - ✓ Uczestnik zobowiązuje się do przestrzegania porządku na sali i sprzątaniu po sobie, wytarcia maty środkiem do dezynfekcji oraz odłożeniu koca i innych akcesoriów do jogi, które są własnością „Blooming Elżbieta Zygmunt-Adamczyk”
 - ✓ Uczestnik zobowiązuje się powstrzymać się od działań powodujących uszkodzenia lub zniszczenia mienia
 - ✓ Uczestnik podczas zajęć obowiązuje się do zakazu pomagania innym uczestnikom w wykonywanych ćwiczeniach/asanach, doradzania, terapeutyzowania, czy dotykania bez zgody drugiego człowieka.

- ✓ Zabrania się czynienia komentarzy dotyczących wyglądu, wieku, płci, orientacji, wyznania, statusu społecznego, wykonywanego zawodu czy narodowości w stosunku do pozostałych uczestników, także używania wulgaryzmów.

ZDROWIE

1. Prowadząca nie bierze odpowiedzialności za skutki ćwiczeń/asan wykonywanych samodzielnie, nie w oparciu o rady i instrukcje osoby prowadzącej zajęcia.
2. Uczestnik oświadcza, że wszelkie praktyki wykonuje na własną odpowiedzialność, z wyczuciem do granic komfortu, nigdy nie przekraczając granicy bólu oraz w związku z tym zobowiązuje się do powstrzymania od jakichkolwiek działań, które mogą spowodować narażenie na niebezpieczeństwo siebie i uczestników.
3. Uczestnik jest świadomy, że nie powinien wykonywać ćwiczeń/asan, jeśli posiada informację o ewentualnych przeciwwskazaniach zdrowotnych, gdyż wykonywanie niektórych ćwiczeń może spowodować uszczerbek na zdrowiu.
4. Wszelkie niedyspozycje, choroby, urazy, kontuzje należy zgłaszać przed zajęciami do osoby prowadzącej/nauczycielki.
5. Osoby z problemami zdrowotnymi mogą ćwiczyć po konsultacji z lekarzem i po uzyskaniu zgody osoby prowadzącej zajęcia.
6. Prowadząca zastrzega sobie prawo do zażądania zaświadczenia lekarza pozwalającego na udział w grupowych zajęciach Jogi.
7. Osoby z problemami zdrowotnymi zobowiązane są poinformować o nich przed rozpoczęciem ćwiczeń oraz zobowiązane są stosować indywidualne wskazówki prowadzącej dotyczące wykonywanych ćwiczeń/asan.
8. Osoby uczestniczące w zajęciach ponoszą pełną odpowiedzialność za stan swojego zdrowia podczas zajęć jogi w Studio Jogi.
9. Studio Jogi nie przyjmuje na zajęcia kobiet w ciąży.
10. Nie należy ćwiczyć po długim pobycie w pełnym słońcu, bezpośrednio po innych formach pracy z ciałem w tym po saunie, masażu, a także po spożyciu alkoholu i innych środków odurzających.
11. Do ćwiczeń należy przystępować min. 2 godziny po dużym posiłku oraz nie spożywając dużej ilości płynów
12. Sala zostaje otwarta na co najmniej 10-15 minut przed zajęciami.

KARNETY I OPŁATY

1. Dostępny jest zakup karnetu: imienny i jest gwarancją rezerwującą miejsce na zajęciach i nie może być udostępniany osobom trzecim.
2. Karnet na 4 wejścia ważny jest przez 30 dni od dnia zakupu i przysługuje na dany miesiąc
3. Zakup karnetu następu do dnia każdego miesiąca na nadchodzący miesiąc.
4. Płatności za zajęcia lub zakup karnetu należy dokonać przed rozpoczęciem zajęć.
5. Jeśli uczestnik posiada Karnet i regularnie go przedłuża (tzn. bez przerw) ma pierwszeństwo do uczestnictwa w zajęciach w kolejnym okresie rozliczeniowym.
6. Cena karnetu nie uwzględnia ubezpieczenia.
7. Karnet jest ważny tylko w przypisanym terminie i nie podlega przedłużeniu. Niewykorzystane wejścia nie przechodzą na kolejny okres.
8. Za niewykorzystane zajęcia pieniądze nie są zwracane.
9. Karnet jest przedłużany z powodu nieobecności osoby prowadzącej zajęcia.
10. Opłat wniesionych za zajęcia nie można przenosić na inne osoby.
11. Na zajęcia jednorazowe obowiązują zapisy.
12. Zgłaszanie rezygnacji z zajęć odbywa się na stronie [www „www.elzbietazygmunt.pl”](http://www.elzbietazygmunt.pl) w zakładce „Grafik” i sms lub telefon do prowadzącej
13. Realizacja sprzedaży karnetów wymaga rejestracji danych Uczestnika, który zobowiązuje się do podania prawdziwych danych osobowych. Rejestrując się Uczestnik wyraża zgodę na przechowywanie i przetwarzanie przez Studio Jogi swoich danych osobowych w celu prawidłowej realizacji usług i zapewnienia sprawnego kontaktu z Uczestnikiem.
14. Dane osobowe Uczestnika wykorzystywane są w celach przekazywania informacji o ofercie wyłącznie za zgodą osoby udostępniającej dane osobowe.
15. Przechowywanie i przetwarzanie otrzymanych danych osobowych odbywa się przy zachowaniu zasad określonych w Ustawie o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2002 r., nr 101, poz. 926 z późn. zmianami) oraz w Ustawie z dnia 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (Dz.U. z 2002 r., nr 144, poz. 1204). Każda osoba udostępniająca swoje dane osobowe ma prawo dostępu do nich, jak również do ich poprawiania i uaktualnienia.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Osoba wykupująca wejście jednorazowe lub karnet na zajęcia jogi zobowiązuje się tym samym do przestrzegania Regulaminu.
2. „Blooming Elżbieta Zygmont-Adamczyk” nie ponosi odpowiedzialności za skutki nie stosowania się do zasad Regulaminu.
3. Naruszenie wyżej wymienionych zasad oraz zasad współżycia społecznego upoważnia Prowadzącą do odstąpienia od umowy w trybie natychmiastowym - bez możliwości zwrotu pieniędzy za pozostałe wejścia.
4. Nieznajomość Regulaminu nie zwalnia z obowiązku jego przestrzegania.
5. Podczas trwania zajęć mogą zostać wykonywane zdjęcia lub nagrania video tylko i wyłącznie przez osobę prowadzącą lub wyznaczoną przez nią osobę.
6. Uczestnik wyraża zgodę na użyczenie wizerunku i ma świadomość, iż zdjęcia mogą zostać użyte w mediach społecznościowych lub na stronie www w celach motywujących oraz promujących rozwój osobisty oraz zdrowy, świadomy styl życia.
7. Grupa w aplikacji WhatsApp jest grupą prywatną do bieżącej komunikacji. Jeśli uczestnik zrezygnuje z zajęć jogi zostaje usunięty z Grupy.