

# Regulamin zajęć w yogaLAB

## REGULAMIN

### §1

#### *Uczestnictwo w zajęciach w szkole yogaLAB*

1. Uczestnictwo w zajęciach oferowanych przez yogaLAB możliwe jest po spełnieniu poniższych wymagań:
  - a) udostępnienie w formularzu rejestracyjnym danych niezbędnych do rejestracji uczestnika.
  - b) wyrażenie pisemnej zgody na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z obowiązującymi przepisami dotyczącymi ochrony danych osobowych na potrzeby uczestnictwa w zajęciach prowadzonych przez yogaLAB.
  - c) przestrzeganie regulaminu członkowskiego,
2. Udział w zajęciach mogą brać osoby, które ukończyły 15 rok życia. Udział osób poniżej 15 roku życia możliwy jest za zgodą opiekunów i po indywidualnej konsultacji z nauczycielem prowadzącym zajęcia.

### §2

#### *Karnety i opłaty*

1. W zajęciach mogą uczestniczyć osoby, które posiadają ważny karnet lub wnoszą jednorazową opłatę przed zajęciami.
2. Karnet jest ważny tylko w przepisany terminie i nie podlega przedłużeniu. Za niewykorzystane zajęcia pieniądze nie są zwracane.
3. Karnet jest biletem wstępu na salę ćwiczeń, na której prowadzone są wybrane zajęcia.
4. Karnet zamknięty jest ważny na zajęcia, na które został wykupiony. Karnet otwarty uprawnia do wejścia na dowolne zajęcia. Wszystkie karnety są karnetami imiennymi.
5. Karnet jest dowodem wpłaty.
6. Cena karnetu nie uwzględnia ubezpieczenia.

### §3

#### *Korzystanie z usług*

1. Osoby uprawnione do wstępu na zajęcia, zgodnie z §1 i 2, mają prawo:
  - a) korzystać z sali ćwiczeń w godzinach wybranych zajęć,
  - b) używać sprzętów szkoły przeznaczonych do ćwiczeń
  - c) używać na sali ćwiczeń własnej maty,
  - d) korzystać z rad i instrukcji nauczyciela prowadzącego zajęcia na sali.
2. Nauczyciel realizuje na każdym zajęciu program ćwiczeń, składający się na jedną całość. Z tego powodu osoby, które chcą korzystać z rad i instrukcji nauczyciela powinny przychodzić na zajęcia punktualnie.
3. Z uwagi na komfort i koncentrację osób ćwiczących, wstęp na salę po rozpoczęciu oraz jej opuszczenie przed zakończeniem zajęć nie są możliwe, chyba że nauczyciel wyrazi na to zgodę.
4. Na zajęcia należy przychodzić minimum 2 godziny po jedzeniu. Nie należy rozpoczynać praktyki po dłuższym pobycie w pełnym słońcu, po spożyciu środków zmieniających świadomość (np.: alkohol, narkotyki) oraz po masażu i saunie. W trakcie praktyki nie należy pić.
5. Szkoła nie bierze żadnej odpowiedzialności za skutki ćwiczeń wykonywanych samodzielnie, nie w oparciu o rady i instrukcje nauczyciela. Osoba ćwicząca samodzielnie przyjmuje do wiadomości, że ćwiczenie jogi bez rad i instrukcji nauczyciela może mieć negatywny wpływ na zdrowie.
6. Ze względów higienicznych oraz komfortu ćwiczeń wszystkich osób, na salę ćwiczeń nie wchodzi się w obuwu ani odzieży wierzchniej.
7. Na sali ćwiczyć mogą osoby zdrowe, bez przeciwwskazań lekarskich. Osoby z problemami zdrowotnymi zobowiązane są poinformować o nich nauczyciela przed rozpoczęciem ćwiczeń, jak również w trakcie ich trwania, w razie zaistnienia nieprzewidzianych okoliczności. Szkoła nie bierze odpowiedzialności za negatywne skutki dla zdrowia ćwiczeń. Nauczyciel ma prawo odmówić wstępu na salę osobie, co do której ma podejrzenia o przeciwwskazania lekarskie do ćwiczeń. Kobiety są zobowiązane do informowania nauczyciela prowadzącego zajęcia o miesiączce i ciąży. W zajęciach mogą uczestniczyć kobiety od 14 tygodnia ciąży.
8. Osoby z problemami zdrowotnymi zobowiązane są do zapamiętania indywidualnych wskazówek podanych przez nauczyciela dotyczących wykonania konkretnego ćwiczenia oraz do stosowania tych wskazówek przy każdym powtórzeniu danego ćwiczenia.
9. Klient bierze udział w zajęciach na własną odpowiedzialność.
10. Zaleca się by klient zawarł we własnym zakresie ubezpieczenie od Następstw Nieszczęśliwych Wypadków w związku z wykonywanymi czynnościami w zorganizowanych zajęciach Jogi.
11. W przypadku wystąpienia niepokojących objawów w trakcie wykonywania praktyki jogi (pogorszenie samopoczucia, mdłości, bóle kręgosłupa, stawów oraz chorych miejsc), należy przerwać praktykę i zgłosić dolegliwości nauczycielowi prowadzącemu.
12. Wszystkie wątpliwości dotyczące praktyki można konsultować z nauczycielem przed lub po zajęciach.
13. Uczestnik zajęć zobowiązany jest:
  - a) do przestrzegania i zachowania czystości na sali oraz do poszanowania ogólnie przyjętych norm zachowania się.
  - b) stosować się do instrukcji użytkowania poszczególnych pomieszczeń szkoły oraz znajdujących się w nich urządzeń i przyrządów, które podawane są do wiadomości przez pracowników szkoły.
  - c) zabierać ze sobą na salę lub pozostawiać w wyznaczonych miejscach wszystkie wartościowe przedmioty. Za przedmioty wartościowe, pozostawione w szatni, szkoła nie ponosi odpowiedzialności.
  - d) wyciszyć lub wyłączyć telefon zabierany na salę, przed każdymi zajęciami, tak by nie zakłócać spokoju innych ćwiczących.
  - e) po każdym ćwiczeniu odłożyć sprzęt w przeznaczone do tego miejsce.
  - f) do powstrzymania się od działań mogących zakłócić wykonywanie ćwiczeń innym użytkownikom sali lub powodujących uszkodzenia lub zniszczenia mienia, jak również zniszczenia pomieszczeń szkoły.
  - g) niespożywania alkoholu oraz niepalenia na terenie szkoły.
  - h) do przestrzegania Regulaminu.
14. Nauczyciel ma prawo odmówić prawa wstępu na salę ćwiczeń, bez podania wyraźnego powodu, również w trakcie trwania zajęć. W takim przypadku szkoła zwraca klientowi opłatę za ćwiczenia, chyba że odmowa prawa wstępu na salę ćwiczeń wynika z naruszenia przez klienta zasad korzystania z usług szkoły, opisanych w Regulaminie.

# Regulamin zajęć w yogaLAB

---

## §4

### Informacje porządkowe.

1. yogaLAB umożliwia uczestnikom zajęć przechowywanie mat na specjalnie do tego przeznaczonych stojakach. W przypadku zakończenia regularnej praktyki w yogaLAB uczestnik zobowiązany jest zabrać matę w ciągu 4 miesięcy. Po tym czasie mata zostanie usunięta.
2. Nie ma możliwości przechowywania w yogaLAB strojów do ćwiczeń.
3. yogaLAB nie ponosi odpowiedzialności z tytułu następstw nieszczęśliwych wypadków nie zawinionych przez yogaLAB. Uczestnicy zajęć mogą na koszt własny ubezpieczyć się od następstw nieszczęśliwych wypadków (NW).
4. yogaLAB nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy oraz maty pozostawione w szatni.
5. Wszystkie uwagi, dotyczące pracy szkoły, jak również propozycje zmian, mogą być składane pisemnie i wręczone pracownikom obsługi.
6. Uczestnictwo w zajęciach jest jednocześnie zobowiązaniem do przestrzegania powyższego regulaminu.

Akceptuję zasady uczestnictwa i regulamin szkoły yogaLAB oraz wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych przez yogaLAB (z siedzibą w Warszawie 03-145, ul. Marcina z Wrocimowic 12c/102) w celu przesyłania treści marketingowych na mój adres e-mail podany powyżej w formularzu.

Informujemy, że Państwa zgoda może zostać cofnięta w dowolnym momencie przez wysłanie wiadomości e-mail na adres [biuro@yogalab.pl](mailto:biuro@yogalab.pl) spod adresu, którego zgoda dotyczy. Informujemy, że nie jesteście Państwo profilowani. Państwa dane nie będą przekazywane poza szkołę yogaLAB, ani udostępniane osobom trzecim.

(proszę wypełniać drukowanymi literami)

IMIĘ:..... NAZWISKO:.....

TELEFON:.....

E-MAIL ( prosimy wyraźnie) :.....

Akceptuję zasady uczestnictwa i regulamin szkoły yogaLAB Legionowo

Data.....

Podpis.....