



Yoga Asana

Praktijk voor yoga en meditatie

Algemene voorwaarden:

De inschrijving is pas definitief na betaling van het lesgeld. Betaling kan contant bij de eerste les of door het bedrag vóór de eerste les over te maken op rekeningnr.

NL18 ASNB 0942 2269 25 t.n.v. M.G.A. Hazendonk te Utrecht o.v.v. Yoga cursus.

Je betaalt voor het hele semester. Begin je later in het semester, dan zijn de kosten evenredig minder, informeer bij de docent.

Een proefles vóór inschrijving is mogelijk, graag even vooraf aanmelden. Bij direct inschrijven na proefles is deze gratis en wordt deze verrekend met contributie. Bij losse proefles is wel lesgeld verschuldigd.

Terugvordering van lesgeld is niet mogelijk, gemiste lessen kunnen ingehaald worden gedurende het lopende semester; gemiste lessen kunnen niet meegenomen worden naar een volgend semester. Het is ook mogelijk om iemand anders in jouw plaats een keer te laten meedoen, bijvoorbeeld een vriend of vriendin.

Informeer bij medische klachten of blessure van te voren bij een deskundige over deelname. Ben je onder behandeling van huisarts of specialist en gebruik je medicijnen, vraag dan advies bij de behandelend arts over deelname aan yogalessen.

De docent is niet aansprakelijk voor letsel of blessure opgelopen tijdens de yogales.

De docent is niet aansprakelijk voor verlies, diefstal en schade van persoonlijke eigendommen.

De docent is aangesloten bij de Vereniging Yogadocenten Nederland (VYN) en zal de Beroepscode van de VYN naleven. Informatie over de VYN is te vinden op www.yoganederland.nl

Handig om te weten voor de yogales:

- Neem een eigen badlaken of grote doek mee. Matjes en kussentjes zijn aanwezig.
- Draag gemakkelijk zittende kleding waarin u vrij kunt bewegen en neem eventueel iets warmes mee voor de eindontspanning (sokken, dekentje, trui).
- Beoefen geen yoga met een te volle maag.
- Drink wel voldoende voor en na de les (water, thee).
- Bij binnenkomst in de yogaruimte graag schoenen uit en mobiele telefoon uitgeschakeld.



Yoga Asana

Praktijk voor yoga en meditatie

- Kom op tijd zodat je de tijd hebt om even rustig te zitten voor de les begint.
- Meld eventuele gezondheidsklachten en blessures altijd bij de docent.
- De lessen zijn zorgvuldig opgebouwd maar het blijft belangrijk dat je je eigen grenzen in de gaten houdt. Als je een oefening niet kunt doen zijn er altijd aanpassingen mogelijk. Forceer jezelf nooit.

Esther Hazendonk