

**Regulamin zajęć organizowanych i prowadzonych w Przestrzeni Jogi
przez Dominikę Szubert-Zawistowską i Karolinę Grobelną (organizator, prowadząca)**

§ 1. Zasady ogólne

1. Uczestnik oświadcza, że jest świadomy, iż udział w zajęciach i warsztatach jogi jest dobrowolny, a wszystkie ćwiczenia uczestnik wykonuje na własną odpowiedzialność. Uczestnik jest świadomy, że nie powinien wykonywać ćwiczeń, jeżeli posiada informację o ewentualnych przeciwwskazaniach zdrowotnych, gdyż wykonywanie ćwiczeń może spowodować uszczerbek na zdrowiu.
2. Uczestnik zobowiązuje się do dbania o bezpieczeństwo własne i innych uczestników. Uczestnik oświadcza, że ma świadomość rodzaju i charakteru zajęć z prowadzącą, a w związku z tym zobowiązuje się do powstrzymania od jakichkolwiek działań, które mogą spowodować narażenie na niebezpieczeństwo siebie lub uczestników lub zakłócenie zajęć.
3. Każdy uczestnik zobowiązuje się niezwłocznie poinformować prowadzącą o działaniach sprzecznych z regulaminem i okolicznościach powodujących narażenie na niebezpieczeństwo.
4. Uczestnik jest świadomy ryzyka wykonywanych ćwiczeń i związanych z tym występujących urazów, za które prowadząca nie ponosi odpowiedzialności.
5. W zajęciach mogą brać udział osoby:
 - a) zdrowe, które w roku poprzedzającym zajęcia nie miały wykonywanych operacji,
 - b) bez przeciwwskazań lekarskich,
 - c) które ukończyły 18. rok życia, osoby poniżej 18 roku życia pod opieką lub za pisemną zgodą opiekunów.

§2. Względy zdrowotne

1. Osoby z problemami zdrowotnymi zobowiązane są uzyskać zgodę lekarza na wykonywanie ćwiczeń oraz informację o ich rodzaju, i poinformować o nich prowadzącą przed rozpoczęciem ćwiczeń, jak również w trakcie ich trwania w razie zaistnienia nieprzewidzianych okoliczności. Prowadząca nie bierze odpowiedzialności za negatywne skutki dla zdrowia uczestników w związku z wykonywaniem ćwiczeń.
2. W przypadku schorzeń przewlekłych uczestnik może przystąpić do ćwiczeń po konsultacji z lekarzem prowadzącym i za jego zgodą.
3. W przypadku wystąpienia objawów pogorszonego samopoczucia, jak np. katar, kaszel, podwyższona temperatura, przeziębienie itp. uczestnik powinien opuścić dane zajęcia. Wówczas nie obowiązuje zwrot kosztów za nieobecność, nie ma też możliwości odrobienia zajęć. O swojej nieobecności należy poinformować prowadzącą.
4. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że ćwiczenia bez rad i instrukcji prowadzącej mogą mieć negatywny wpływ na zdrowie.
5. Wszelkie dolegliwości lub pogorszenia samopoczucia, związane z układem ruchu lub mogące mieć istotny wpływ na wykonywanie ćwiczeń, utrzymujące się od kilku dni bądź występujące w danym dniu należy zgłosić prowadzącej zajęcia.
6. Uczestnik bierze odpowiedzialność za udział w zajęciach i jest zobowiązany do udzielenia informacji o swoim stanie zdrowia prowadzącej, zgodnie ze stanem faktycznym. Dotyczy to zarówno ogólnego samopoczucia jak i wszelkich niedyspozycji ruchowych, w szczególności odbytych/trwających kontuzji, długotrwałego leczenia, przyjmowania leków, w tym w szczególności takich, które mogą wpłynąć na sprawność psychofizyczną, przebytych operacji (w tym gojące się rany, okres rekonwalescencji pooperacyjnej), jak i istniejącej ciąży. Ponadto wszelkie zmiany zachodzące w trakcie uczestnictwa w zajęciach, uczestnik zobowiązany jest na bieżąco przekazywać prowadzącej. Niedopełnienie wskazanego w niniejszym punkcie obowiązku, będzie każdorazowo poczytywane, jako rażące naruszenie postanowień regulaminu, w następstwie, czego uczestnik może zostawać zobowiązany do opuszczenia zajęć, a ponadto Organizator zastrzega sobie prawo nie wyrażenia zgody na udział uczestnika w przyszłych zajęciach.
7. W przypadku skorzystania przez Organizatora z uprawnień, o których mowa w ostatnim zdaniu § 2 ust. 6 powyżej, Uczestnikowi nie zostanie zwrócona kwota z tytułu niewykorzystanej części karnetu, może on zostać przedłużony.

§ 3. Przebieg zajęć

1. Uczestnik zobowiązuje się do punktualnego przybywania na zajęcia, minimum 5 minut przed ich rozpoczęciem.
2. Uczestnik ma świadomość, że każde zajęcia stanowią całość, a spóźnienie powoduje zakłócenie atmosfery i spokoju niezbędnego do wykonywania ćwiczeń. Uczestnik zobowiązuje się nie spóźniać ani nie wychodzić przed zakończeniem zajęć, chyba, że zaistniałe okoliczności spowodują konieczność opuszczenia sali.
3. Uczestnikom są udostępnione pomoce do jogi takie jak maty, paski, kostki, koce i bolstery. Z udostępnionego sprzętu należy korzystać zgodnie z jego przeznaczeniem. Po każdym użyciu uczestnik zobowiązuje się sprzęt wyczyścić i odłożyć na miejsce.
4. Uczestnik zobowiązuje się do zachowania czysty i skupienia podczas zajęć.
5. W czasie zajęć obowiązuje zakaz żucia gumy, jedzenia i rozmawiania towarzysko z innymi uczestnikami.

- Ćwiczenia wykonywane są na boso, w wygodnym przewiewnym i czystym stroju, bez nadmiernego makijażu i biżuterii.
- Uczestnik zobowiązuje się do przestrzegania zasad higieny, a także niestosowania perfum i dezodorantów o silnym zapachu.
- Na zajęcia nie należy przychodzić bezpośrednio po posiłku. Wskazana przerwa to minimum 1- 1,5 godziny.
- Uczestników podczas zajęć obowiązuje zakaz pomagania innym uczestnikom w wykonywanych ćwiczeniach, doradzania, dotykania. Uczestnik ma świadomość, że niezastosowanie się do powyższego może narazić innych uczestników na wystąpienie urazów, za które prowadząca nie ponosi odpowiedzialności.
- Uczestnik zobowiązuje się do przestrzegania porządku na sali i sprzątanania po sobie, w szczególności sprzątanania śmieci i wycierania mokrych plam.
- Uczestnik zobowiązuje się przed wejściem na salę wyłączyć telefon komórkowy, włączyć go w tryb samolotowy lub zupełnie wyciszyć (zakazany tryb wibracji). Przez cały czas trwania zajęć obowiązuje zakaz korzystania z telefonów komórkowych oraz innych urządzeń elektronicznych.
- Uczestnik zajęć powinien podpisać regulamin i formularz uczestnictwa w zajęciach przed przystąpieniem do pierwszych zajęć. Szczegółowe wypełnienie formularza oraz aktualizacja w miarę potrzeby, zawartych w nim informacji, jest warunkiem koniecznym dopuszczenia do uczestnictwa w zajęciach.

§ 4. Płatności i rezerwacje

- Na wszystkie zajęcia obowiązuje rezerwacja miejsca telefonicznie lub osobiście u osoby prowadzącej.
- Rezerwację zajęć należy odwołać na 8 godzin przed rozpoczęciem zajęć.
- Zakup usług można dokonać gotówką lub blikiem na telefon prowadzącej.
- Oplaty za zajęcia wpłacane są z góry, przed pierwszymi zajęciami. Ceny zawarte w cenniku nie podlegają negocjacji.
- Karnety oraz zaproszenia obowiązują na wszystkie planowane zajęcia prowadzone w Przestrzeni Jogi.
- Karnet ważny jest 90 dni od aktywacji. Karnet aktywowany jest w momencie pierwszej zrealizowanej rezerwacji.
- Oplaty za niewykorzystane zajęcia nie podlegają zwrotowi oraz nie są przenoszone na kolejne miesiące.
- Niewykorzystany karnet nie podlega przedłużeniu.
- Przedłużenie karnetu może wystąpić jedynie w wyjątkowych sytuacjach ustalanych indywidualnie (np. nieplanowane odwołanie zajęć przez Prowadzącą z powodu choroby itp.).
- Karnet jest imienny i nie może być wykorzystywany przez osoby trzecie.
- Uczestnik, który posiada wykupiony Karnet lub wstęp jednorazowy może uczestniczyć w dowolnie wybranych przez siebie zajęciach, jeżeli dokonał rezerwacji zajęć lub pomimo braku rezerwacji, jeżeli liczba uczestników na zajęciach nie jest kompletna.
- Klient ma prawo do odstąpienia od umowy i do rezygnacji z zakupionego karnetu do czasu skorzystania z pierwszych zajęć objętych karnetem. Po pierwszym wejściu na zajęcia rezygnacja z zakupionego karnetu jest niemożliwa, a umowa trwa do czasu jej zakończenia.

§ 5. Postanowienia końcowe

- Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania zajęć lub zmian instruktorów w dowolnym momencie. Informacje o zmianach będą umieszczane na stronie Organizatora na Facebooku oraz na stronie a także w miarę możliwości za pośrednictwem sms.
- Deklaracja udziału w zajęciach oznacza przyjęcie powyższego regulaminu.
- W przypadku niezastosowania się do postanowień niniejszego regulaminu uczestnik oświadcza, że ma świadomość, iż może zostać wyproszony przez prowadzącą z zajęć bez możliwości uczestnictwa w następnych zajęciach oraz bez możliwości zwrotu dokonanych opłat, na co wyraża zgodę.