

## Yoga Veerkracht Raalte afspraken:

Deelname aan de yoga lessen betekent akkoord gaan met deze afspraken.

**Aanmelden:** aanmelden kan via bellen, de mail, een appje of via socials.

Indien er per direct geen plaats is, dan kan je op de wachtlijst komen. In de yinapp (speciale groep op whatsapp) kan je lezen wanneer er een plek is voor een losse yin les.

Mochten er speciale dingen zijn op lichamelijk of psychisch gebied dan hoor ik dat graag in een (telefonisch) gesprek. Bij vermelding van bepaalde medische redenen kan het zo zijn dat ik moet aangeven dat ik helaas de kennis niet heb. Dit gebeurt in goed overleg met u.

**Betalingen:** Betalingen voor een maand/les graag na ontvangst van het betaalverzoek of de factuur. Vaste leden betalen aan het begin van de maand. Er is keuze om te betalen via een betaalverzoek + 30ct ivm bankkosten, tot zelf overmaken of tot contante betaling. Voor bedrijven geldt dat zij achteraf kunnen betalen aan de hand van een factuur.

**Afmelden bij ziekte of andere afwezigheid:** Als je een les niet kunt meedoen verwacht ik dat je mij op tijd een afmelding doet. Het liefst via een appje. Ruilen is een mogelijkheid. Of een week online via een speciale facebook groep (besloten). Als de les niet ingehaald kan worden, mag u een ander uitnodigen om de les te volgen. Indien er voor een langere periode niet deel kan worden genomen aan de lessen, zal in overleg naar een goede oplossing worden gezocht. Mocht er door afmeldingen maar 2 deelnemers overblijven wordt de les samengevoegd of wordt je gevraagd te ruilen. Als ik de les niet door laat gaan wordt dit verrekend met de volgende periode. Bij ziekte van mij breng ik u op tijd op de hoogte en wordt de les verrekend.

**Kleding en materialen:** Zorg voor soepel zittende kleding, in laagjes. Een eigen yogamat, een dekentje en evt kussens voor extra ondersteuning mag je zelf meenemen. Er ligt een deken op de vloer waarop jouw mat kan liggen. Een meditatiekussen ligt voor je klaar.

**Mededelingen:** indien er belangrijke organisatorische zaken te vermelden zijn, dan krijgt u hierover informatie. Via mail of app. Alle mededelingen worden ook op de website/facebook vermeld.

**Ongevallen en aansprakelijkheid:** natuurlijk kun je er van op aan dat de les zorgvuldig gegeven wordt en er goed gelet wordt op de veiligheid van iedereen. Ik ben echter niet aansprakelijk voor blessures of lichamelijk letsel. Bij (ernstige) lichamelijke klachten is het raadzaam eerst met de huisarts te overleggen of beoefening van yoga tot de mogelijkheden behoort. De les die tijdens yoga vooral geleerd mag worden is om te luisteren naar je lijf en daar dus op te reageren. Jij geeft je eigen grenzen aan.

Ik stel mij niet aansprakelijk voor het zoekraken of beschadigen van eigendommen.

**Opleiding:** Van origine ben ik groepsleerkracht. Ik heb de "Kinder en tiener yoga Docentenopleiding" gevolgd bij Helen Purperhart van de Jip & Jan Academie in Almere. Certificaat voor mediteren/mindfulness voor kinderen, jongeren en coaching. Certificaat voor "ik denk mij sterk". Babymassage opleiding gevolgd bij "De WeideBlik" in Wageningen. Yin yoga docent opleiding gevolgd bij Bivag Sneek.

Rianne Otte / Het Erf 11 / 8102 KE / Raalte

06-22254223

[www.yogaveerkrachtraalte.nl](http://www.yogaveerkrachtraalte.nl)

info@yogaveerkrachtraalte.nl