

Provozní řád na lekcích jógy

JÓGA KARVINÁ, Mendelova 2873/5a, 733 01 Karviná – Hranice, zodp. os. Ing. Olga Šnapková IČ 73044261

Návštěvník je povinen seznámit se s tímto provozním řádem a jednat a chovat se v souladu s ním. **Uhrazením vstupného s ním vyjadřuje plný souhlas.**

TVOJE ZDRAVÍ - Každý návštěvník je plně zodpovědný za svůj zdravotní stav.

1. Máš-li pochybnosti, jestli je pro Tebe jóga vhodná, zeptej se svého lékaře.
2. Instruktor (lektor/učitel jógy) nenese žádnou zodpovědnost za Tvůj zdravotní stav.
3. Pokud máš zdravotní problém, řekni instruktorovi o všem, co by Tě mohlo při pohybu omezovat (bolest hlavy, nedávná operace, chronická nemoc, cukrovka, srdeční onemocnění, potíže s pohybem atd.).
4. V případě nachlazení a infekčních onemocnění (angína, chřipka apod.) zvaž účast na lekcích.
5. Během lekce se řiď pokyny instruktora. Při pohybu nesmíš ohrozit své zdraví ani zdraví ostatních.
6. V případě jakéhokoli zranění to NEPRODLENĚ oznam instruktorovi, který o tom provede zápis.
7. Podlaha v koupelně může být mokrá/kluzká, použij vhodnou obuv (žabky).
8. Naslouchej svému tělu a nenuť ho dělat věci, na které se zrovna necítíš. Každý den je jiný a každý den jsme schopni podat jiný výkon. Ty uvádíš své tělo do pohybu, Ty jsi za něho zodpovědný. Dělej vše s maximálním respektem k vlastnímu tělu. Pokud je pro Tebe pohyb na lekci náročný, zeptej se instruktora, jak pozici upravit, případně ji vynechej.

CO S SEBOU

1. Cvičí se v pohodlném oděvu bez obuvi na podložce, která je k zapůjčení. Pokud máš svoji podložku, můžeš si ji přinést, určitě se na ní budeš cítit skvěle.
2. Dlouhé vlasy se doporučuje sepnout, aby nepoletovaly. Je to pro lepší uvolnění mysli a taky pro Tvoji bezpečnost (příšlápnutý cop apod.).
3. Svršky vč. bot ulož v šatně.
4. Cennosti (peníze, hodinky, šperky apod.) raději nechej doma, případně je uschovej na recepci. Pokud cennosti uložíš jinak, než je napsáno v Provozním řádu, neseš za ně plnou zodpovědnost Ty.
5. Do prostoru, ve kterém se cvičíš si vezmi jen to nejnütnější (podložka, ručník, kapesník, voda, klíč od šatny). Chytré hodinky prosím přepni do letového režimu, nebudou tak rušit Tebe ani ostatní. Telefon při józe není potřeba.

OBECNĚ

1. Recepce a prostor, ve kterém se cvičí je otevřený 10 minut před začátkem lekce. Pro lekce FIT jógy (jóga v teple) je prostor otevřen 20 minut před lekcí. Během lekce je recepce uzamčena. Na lekce chod' prosím včas.
2. Neodcházej před závěrečnou relaxací, může to být ta nejdůležitější část z celé lekce, která zharmonizuje tělo a připraví ho na návrat do reality života.
3. Po skončení cvičení si každý po sobě uklidí zapůjčenou podložku a ostatní pomůcky na vyhrazené místo.
4. Udržuj pořádek v prostoru, kde se cvičí i v jeho okolí (recepce, šatna, sprchy, WC, chodby). Koš na odpad je umístěn v recepci, šatně i na WC.

ZÁKAZY A VZNKLÉ ŠKODY

1. V prostoru, kde se cvičí, platí přísný zákaz kouření, konzumace alkoholických nápojů, omamných látek apod.
2. Do všech prostor je zakázán vstup osobám v podnapilém stavu, pod vlivem návykových, omamných nebo psychotropních látek. V těchto případech je provozovatel oprávněn kdykoli vyzvat tyto osoby, aby prostory opustily. Pokud tak neučiní, mohou být ze zařízení bez náhrady vyvedeny.
3. Návštěvník odpovídá za škodu či ztrátu způsobenou provozovatelem, a to v plné výši, byť se jedná o čin neúmyslný. Zrcadla jsou odborně a bezpečně nainstalována, přesto se doporučuje o ně při cvičení neopírat a úmyslně se jich nedotýkat.

DĚTI A OSOBY MLADŠÍ 15 LET NA LEKČÍCH JÓGY

1. Výjimečně a po předchozím souhlasu instruktora se mohou děti a osoby mladší 15 let účastnit lekce jógy pro dospělé pouze v doprovodu rodičů, kteří výslovně a nepřenositelně nesou plnou odpovědnost za případné škody na zdraví svého dítěte i majetku provozovatele způsobené pohybem dítěte, stejně jako na tom, že tyto osoby nenarušují chod lekce a neobtěžují svým chováním ostatní účastníky lekce. V takovém případě je instruktor oprávněn požádat tyto osoby a jejich doprovod o opuštění prostoru.
2. V případě, kdy zodpovědnost za osobu mladší 15 let přebírá v rámci vedené hodiny instruktor, dochází k přechodu zodpovědnosti vstupem osoby do prostoru, kde se cvičí a jejím převzetím instruktorem. Do té doby a po zpětném předání osoby instruktorem po skončení hodiny zpět rodičům či zákonnému zástupci je za pohyb osoby mladší 15-ti let odpovědný doprovod.

ÚČAST NA LEKČÍCH

Většina lekcí je organizována jako souvislý kurz. Registrace do kurzu je prostřednictvím e-mailové zprávy na jogakarvina@seznam.cz, případně SMS zprávou na 774350053 nebo přes kontaktní formulář na stránkách www.jogakarvina.cz. Na otevřené lekce je potřeba se předem nahlásit stejným způsobem.

OBECNĚ O KURZECH

1. Po přihlášení do vybraného kurzu jógy Ti po jeho naplnění přijde e-mailem faktura (platba převodem). Na základě faktury a výpisu z účtu o provedené platbě můžeš požádat svoji zdravotní pojišťovnu o poskytnutí příspěvku na pohybové aktivity (každá pojišťovna poskytuje příspěvek v jiné výši – ověř si telefonicky u svoji pojišťovny).
2. Místo konání lekcí jógy je JÓGA KARVINÁ, Mendelova 2873/5a, Karviná 8, není-li uvedeno jinak.
3. Provozní řád je vyvěšen v recepci a uveřejněn na www.jogakarvina.cz.
4. Úhradou faktury prohlašuješ, že jsi bez zdravotního omezení, které by Ti bránilo ve fyzickém cvičení, případně v pohybu obecně. V opačném případě prohlašuješ, že se lekcí účastníš se souhlasem svého lékaře, a tedy na vlastní zodpovědnost a riziko. Pokud máš zdravotní omezení, řekni to před lekcí instruktorovi. Jakékoli zranění ihned oznam instruktorovi.

NAHRAZOVÁNÍ LEKČÍ, KURZOVNÉ, STORNO PODMÍNKY, NÁHRADA Z DŮVODU VYŠŠÍ MOCI

1. Nevyužitou lekci si můžeš nahradit a přijít na jinou lekci Tvoji instruktorky, která probíhá v době, kdy Tvůj kurz, nebo pokud chceš, vezmi na další lekci třeba kamarádka a zameškanou lekci takto využiješ. Náhrada lekcí po skončení kurzu, který navštívuješ, není možná.
2. Při nahrazování lekce vstupem na lekci FIT jógy Ti bude účtován doplatek za vstup ve výši 50 Kč (pokud navštívuješ jiný kurz než kurz FIT jógy).
3. Pokud chceš vrátit kurzovné po zahájení kurzu, není to možné, kurz JE převoditelný na náhradní osobu, kterou určíš Ty (instruktorka může pomoci při hledání náhradní osoby, ale není zodpovědná za její nalezení).
4. Pokud přestaneš navštěvovat kurz v jeho průběhu (z jakéhokoliv důvodu vč. zdravotního), není možné platbu ani její poměrnou část vrátit nebo převést na jiný kurz. Můžeš určit náhradní osobu, která bude kurz navštěvovat místo Tebe.
5. Zdravotní omezení není ani po předložení zprávy od lékaře důvodem k vrácení kurzovného ani jeho poměrné části. Výjimkou je kurz Hormonální jógové terapie v případě těhotenství nebo zjištěného onemocnění, které je kontraindikováno pro tento druh cvičení. V případě, že se ze zdravotních důvodů nemůžeš zúčastnit kurzu Hormonální jógové terapie, na který jsi přihlášená, prodlužuje se doba, po kterou můžeš navštívit tento kurz o následujících 6 měsících.
6. Pokud dojde ke zrušení lekce nebo kurzu z důvodu VYŠŠÍ MOCI (např. živelní pohroma, mimořádný stav, pandemie apod.), náhrada se neposkytuje.
7. O možných náhradách lekcí nebo celých kurzů rozhoduje výlučně instruktor na základě zvážení všech okolností (provozní, organizační, finanční aj.).

PROHLÁŠENÍ GDPR /Souhlas se zpracováním osobních údajů/

Úhradou faktury je vyjádřen souhlas se zpracováním osobních údajů (GDPR) uvedených na této faktuře (jméno a příjmení), stejně jako telefonního čísla a e-mailové adresy sdělené správci údajů Olze Šnapkové za účelem zasílání faktur na objednané služby e-mailem a zasílání informací o správcem nabízených službách. Tento souhlas se uděluje na dobu 5 let a má právo tento souhlas kdykoliv odvolat e-mailovou zprávou na adresu jogakarvina@seznam.cz. Odvoláním souhlasu není dotčena zákonnost zpracování osobních údajů založená na tomto souhlasu do doby jeho odvolání.