

NORMAS SIENTEYOGA 2020/2021

ॐ Por vuestro bienestar, se recomienda que lleguéis entre 10' y 5' antes de la actividad (también a las clases online) para colocar vuestro material y acomodaros para el relax inicial. Así evitamos interrumpir la calma creada. La puerta se cerrará a la hora de comienzo de la actividad.

ॐ El móvil debe permanecer apagado en cualquiera de las actividades, seguro que así disfrutamos más de la sesión sin ser interrumpidos/as.

ॐ El pago de cada mensualidad se realizará entre los días 1 y 7 del mismo mes, el pago se puede efectuar por transferencia bancaria, bizum o en efectivo.

ॐ Existen dos modalidades de pago; por mensualidad (cuota del mes completo, esta opción es la única que garantiza la plaza para el siguiente mes), y/o por clases sueltas (siendo cada clase abonada al finalizar la misma). En el caso de asistir por clases sueltas no se garantiza la plaza, la plaza está sujeta a la disponibilidad del aforo de la clase (8 personas). Este aforo será modificado en sesiones especiales. En caso de baja médica consultar las condiciones de pago y garantía de plaza para meses posteriores. En ningún caso las sesiones no recuperadas serán descontadas en el mes vigente ni en posteriores. No existe la posibilidad de abonar medias mensualidades.

ॐ La actividad on-line no tiene ninguna vinculación con la presencial; es decir; el pago de la actividad on-line no te garantiza plaza presencial.

ॐ Las sesiones serán recuperables (sino has podido venir y has avisado previamente) siempre y cuando se avise con anterioridad para confirmar la plaza, las sesiones de recuperación se harán dentro del mismo mes correspondiente a la ausencia de clase. En el caso de recuperar una sesión de la última semana del mes correspondiente, se podrá recuperar la primera semana del mes siguiente. Si tu avisas de que no puedes venir, podemos contar con ese espacio para que alguien venga a recuperar. Lo mismo sucede si tú quieres recuperar, vuestra colaboración hace que el funcionamiento sea más efectivo.

ॐ Los días festivos no son recuperables.

ॐ Las actividades se realizan con los pies descalzos, si deseas llevar calcetines que sean de color blanco. Gracias.

ॐ Se ruega mantener la sala recogida de material, así el orden en la sala nos ayudará a crear un clima de orden mental y mayor concentración. **Por favor no pisar la sala con calzado de calle.**

ॐ Si te sientes incómodo en la práctica, con alguna molestia o cualquier cosa, házmelo saber. Par mí es importante que podamos trabajar de la mejor manera posible y con la mayor información para crear una sesión lo más personalizada posible.

ॐ Recuerda, esto no es una competición, esto es tu práctica, con ahimsa (noviolencia), trabajar con respeto y amor hacia nosotros mismos nos ayudará a conseguir los mejores beneficios.