



REGOLAMENTO CORSI YOGA 2017-18

ISCRIZIONI E ASPETTI AMMINISTRATIVI

- ✓ Il centro offre la possibilità di svolgere una lezione di prova gratuita e non impegnativa prima dell'iscrizione.
- ✓ La partecipazione ai corsi yoga e alle attività seminariali de "Il Cuore dello Yoga asd" richiede la sottoscrizione di una tessera associativa annuale (valida 365 dalla sottoscrizione) da parte degli allievi. Il contributo per la tessera è fissato in **25 euro** e comprende l'assicurazione ACLI-CONI. Per gli allievi minorenni il contributo è ridotto a **15 euro** (sempre comprensivi di assicurazione). L'ammissione dei nuovi soci è subordinata alla decisione finale del Consiglio Direttivo che periodicamente si riunisce in assemblea. Non verrà ammesso (o sarà allontanato se già iscritto) chi arrechi danno morale e/o materiale all'associazione o al centro che la ospita in termini di comportamenti volgari, violenti, offensivi che violino il comune senso del pudore e della convivenza civile.
- ✓ **I soci in regola col tesseramento hanno diritto a partecipare gratuitamente alle sessioni mattutine di meditazione (martedì e giovedì ore 7) e al corso yoga in spiaggia a Genova-Vernazzola (luglio-agosto 2018).**
- ✓ È richiesta **fotocopia del certificato medico per attività sportiva non agonistica**, per il rilascio del quale è possibile avvalersi della convenzione stipulata con la "Casa della Salute" di via Maragliano n. 3/1 a Genova (telefonare 010.9641083 - 010.9640722 specificando che si desidera fare la visita "a Genova"). Per le allieve in gravidanza è necessario il rilascio del certificato di idoneità alla pratica da parte del medico curante.
- ✓ I corsi sono a numero chiuso e si pratica in piccoli gruppi di massimo 10/12 persone per turno affinché l'istruttore possa garantire la massima attenzione verso le esigenze specifiche di ogni socio presente in sala. È vivamente consigliata la frequenza costante ai corsi prescelti: lo yoga infatti è una disciplina che dà buoni risultati solo se svolta con regolarità e assiduità. La fine naturale della frequenza ai nostri corsi in palestra è il 30 giugno 2018, dopodiché la pratica si svolgerà all'aperto. **Chi per motivi familiari o di salute sia costretto ad interrompere la partecipazione al corso prescelto è pregato di avvertire tempestivamente l'insegnante in modo da consentire ad altre persone l'inserimento nel gruppo.** Dopo un'assenza dal corso di un mese, senza preavviso o contatti in itinere, il posto viene considerato libero e assegnato a un altro socio richiedente.
- ✓ Sono disponibili a listino differenti tipologie di abbonamento in base alle esigenze del singolo socio (mensili, trimestrali, tessera a scalare per turnisti e trasferisti ecc.). La lezione singola di gruppo prevede un contributo di 20 euro. Il **versamento del contributo per il corso è previsto entro la prima settimana di ogni mese per motivi organizzativi e contabili.** Gli allievi che iniziano la frequenza da metà mese in poi possono regolare il pagamento delle singole lezioni effettuate in quel primo mese (20 euro cadauna) ed iniziare poi con il pagamento regolare dell'abbonamento a decorrere dal mese successivo. I mesi con soli tre incontri utili per le lezioni a causa delle festività (vedi dicembre) si compensano automaticamente con i mesi composti da 5 incontri utili: non sono pertanto applicati sconti sulle quote ordinarie previste per gli abbonamenti mensili.
- ✓ **È possibile recuperare in un mese al massimo due lezioni perse** anche in turni diversi dal proprio (preferibilmente con lo stesso istruttore) in base alle indicazioni fornite dall'insegnante e sempre nell'ambito dello stesso mese. L'allievo che desidera recuperare una lezione è tenuto a informare preventivamente l'insegnante per evitare spiacevoli disagi e il sovraffollamento della sala pratica. **Le lezioni perse e non recuperate secondo questa modalità non potranno essere scalate nei mesi successivi.**

COMPORAMENTO E VITA NEL CENTRO

- ✓ **Si raccomandano puntualità, correttezza e collaborazione nel partecipare alle lezioni e alle attività del centro. In sala pratica si mantiene il silenzio e il raccoglimento in attesa dell'inizio della lezione**, mentre lo spogliatoio può essere usato per la socializzazione. Si consiglia agli allievi di presentarsi con al massimo un quarto d'ora/dieci minuti di anticipo prima dell'orario della lezione per agevolare l'interscambio con gli allievi in uscita dal turno di lezione precedente.
- ✓ Nel centro, e in sala pratica specialmente, i telefonini e i tablet vanno tenuti spenti o impostati in modalità silenzioso (senza vibrazione).
- ✓ **Prima di entrare in sala pratica è possibile utilizzare i servizi per detergere mani e piedi.**

- ✓ Nel centro si deambula senza scarpe. È necessario dotarsi di calzini o di ciabattine. L'abbigliamento richiesto è semplice, sportivo e ordinato. I tappetini sono in dotazione al centro per tutti gli allievi: **è richiesto a tutti di portare con sé un telo tipo pareo o un asciugamano da stendere sul proprio tappetino per motivi di igiene personale.** In sala non esistono posti assegnati, anzi è consigliabile cambiare postazione ad ogni lezione.
- ✓ Gli effetti personali di valore (borsa, orologi, portafogli, gioielli ecc.) non vanno lasciati nello spogliatoio che è sempre incustodito ed è a disposizione semplicemente per depositare gli abiti e le scarpe durante la lezione. L'associazione declina ogni responsabilità in caso di smarrimento/furto di oggetti preziosi né risponde di indumenti e vari effetti personali dimenticati a fine lezione.
- ✓ Per qualsiasi dubbio o problematica riguardante la pratica dello yoga, l'insegnante di turno è a disposizione un quarto d'ora al termine della lezione per fornire tutti i chiarimenti necessari e con l'intento di promuovere sempre un clima sereno, cordiale, disteso e accogliente tra i soci del centro.
- ✓ Per permettere all'insegnante di orientare al meglio le lezioni, i soci sono tenuti a segnalare problemi di salute in essere (ernie del disco, cardiopatie, pressione alta, glaucoma ecc.), gravidanze o terapie farmacologiche in atto rilevanti per l'attività di yoga. L'insegnante si impegna a tutelare la privacy dell'allievo:
.....
- ✓ In caso di malattia dell'insegnante o di eventi straordinari (neviccate, scioperi, allerta rossa meteo ecc.) si concorderanno con gli allievi modalità straordinarie di recupero, con un insegnante sostituito o nell'ambito di altri turni previsti di lezione.

PER ACCETTAZIONE

NOME _____ **COGNOME** _____

Ricevuta l'informativa sull'utilizzazione dei miei dati personali ai sensi dell'art. 13 del decreto legislativo numero 196 del 30 giugno 2003, recante il nuovo "Codice in materia di protezione dei dati personali", consento al loro trattamento nella misura necessaria per il perseguimento degli scopi statuari. Ai sensi dell'art. 13 del decreto legislativo n. 196/2003, recante disposizioni sul nuovo "Codice in materia di protezione dei dati personali" si informa che i dati da Lei forniti formeranno oggetto di trattamento nel rispetto della normativa sopra richiamata e degli obblighi di riservatezza. Tali dati verranno trattati per finalità istituzionali, quindi strettamente connesse e strumentali all'attività statutaria. Il trattamento dei dati avverrà mediante utilizzo di supporto telematico o cartaceo idonei a garantire la sicurezza e la riservatezza. In relazione ai predetti trattamenti Lei potrà esercitare i diritti di cui all'art. 7 del D.lgs. n. 196/2003 (cancellazione, modifica, opposizione al trattamento).

Data

Firma

Per il minore firma di chi esercita la patria potestà.....