

## **Návštěvní řád studia Think Yoga**

Milé dámy a pánové, abychom mohli ve studiu společně strávit čas, seznámte se prosím s pravidly, která nám umožní společný čas strávit nejen příjemně, ale také bezpečně.

Uhrazením jednorázového vstupného nebo kurzovného souhlasíte, že jste se s pravidly pobytu ve studiu seznámili a budete je dodržovat.

### **Vaše zdraví**

Na vybraných lekcích či kurzech každý plně zodpovídáme za svůj zdravotní stav. Pokud si nejste jisti, zda je pro Vás vybraná lekce nebo kurz vhodný, nejprve konzultujte svůj zdravotní stav a případná omezení se svým lékařem, případně si nechte udělat potřebná vyšetření. Doporučujeme Vám se k lekci či kurzu připojit jen po důkladném zvážení svých fyzických i psychických možností, protože na lekci či kurz vstupujete na vlastní riziko. Protože Váš zdravotní stav neznáme, neneseme za něj žádnou odpovědnost.

Pokud se na začátku lekce necítíte ve své kůži (bolí Vás hlava, jste malátní) nebo máte nějaké zdravotní obtíže (např. jste diabetik, máte vysoký krevní tlak apod.), případně by Vás cokoli mohlo limitovat při cvičení, vždy před cvičením proberte před své obtíže či omezení s lektorem.

Při cvičení vždy naslouchejte svému tělu. Pokud Vám v daný moment přijde některá pozice náročná, provádějte ji jen podle svých momentálních možností a schopností, použijte pomůcky nebo danou pozici úplně vynechte.

Vždy dodržujte pokyny lektora. Pokud se při cvičení zraníte, ihned informujte lektora.

Pokud zrovna trpíte infekčním onemocněním, lekci vynechte. Před lekcí vynechte alkohol nebo jiné omamné látky. V opačném případě máme právo Vám vstup do studia neumožnit.

### **Děti**

Vaše děti jsou v našem studiu vítány. S dítětem do 15 let však buďte po celou dobu přítomni.

Pokud jste si vybrali lekci nebo kurz pro rodiče s dětmi, nesete za své dítě po celou dobu odpovědnost. Na lekcích nebo kurzech, které jsou určeny jen pro děti bez doprovodu, nese odpovědnost za dítě lektor pouze po dobu trvání lekce.

Vždy zvažte, zda je zvolená lekce či kurz pro Vaše dítě vhodná s ohledem na jeho zdravotní stav, schopnosti a možnosti. O zdravotních či jiných omezeních dítěte vždy před začátkem lekce informujte lektora.

### **Bezpečnost a hygiena ve studiu**

V našem studiu jsou všem návštěvníkům k dispozici sprchy. Pokud budete sprchu využívat, pamatujte, že podlaha může být kluzká a buďte opatrní.

Ve studiu je Vám na recepci vždy k dispozici voda nebo čaj, které si v hrnku můžete vzít sebou na lekci. Hrněk po použití vraťte na recepci.

Alkohol, cigarety a jiné kuřivo nebo omamné látky nejsou v našem studiu vítány.

Zapůjčené pomůcky vždy po skončení lekce uklízejte na místa k tomu určená.

### **Kam odložit svršky a zavadla**

Pro uložení bot jsme pro Vás připravili botník u vstupních dveří. Pokud je botník plný, odložte si své boty u vchodových dveří.

Pro převlékání a odložení svršků a běžných zavazadel jsou pro Vás připraveny šatny. Prosíme, abyste sebou do studia nenosili cennosti ani větší finanční obnos. Pokud sebou nějakou cennost máte, neodkládejte je v šatně. Pokud sebou máte cokoli cenného, domluvte se na uložení takové věci na recepci.

Případnou ztrátu odložených věcí ihned oznamte na recepci.

### **Omluvy a náhrady lekcí**

Pokud lekci nestiháte, nevádí, nemusíte se z ní omlouvat. Lekci si můžete nahradit na jiné lekci podle vlastního výběru. Doporučujeme náhradu zameškané lekce co nejdříve, protože poslední lekce kurzů bývají vždy zaplněné a na lekci, kterou jste si zvolili jako náhradní, nemusí být dostatečný počet volných míst. Přednost mají vždy ti, kteří daný kurz pravidelně navštěvují. Permanentku je třeba vždy vyčerpat do data, které je na ní vytištěno. Lekce se do dalšího období nepřevádí. Lekce se převádí pouze v případě závažných zdravotních důvodů, které jsou doloženy lékařskou zprávou.

Tento návštěvní řád platí ode dne .....

-----  
za studio THINK YOGA  
Mgr. Veronika Plátová