

# NORMAS SIENTEYOGA 2021/2022

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. 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 (9 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. 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, ni descontados de la mensualidad.

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.