

REGULAMIN STUDIA JOGA MY WAY MONIKA GAŚIOREK

Regulamin dotyczy wstępu do STUDIA jogi i korzystania z usług oferowanych przez MONIKA GAŚIOREK JOGA_MY_WAY z siedzibą przy ul. Kasztanowej 13G, 05-123 Chotomów; NIP: 1131166606, określaną dalej jako STUDIO, prowadzonych w Legionowie przy ul. Sobieskiego 63. Osoba korzystająca z usług studia określaną będzie dalej Uczestnikiem.

I. RODZAJ OFEROWANEJ USŁUGI

- STUDIO JOGA MY WAY MONIKA GAŚIOREK oferuje zajęcia grupowe i indywidualne oraz transmisje audio-wizualne z jogi akademickiej, która jest systemem aktywności prozdrowotnej opartym na ćwiczeniach hatha jogi oraz technikach relaksacyjnych.
Joga akademicka opiera się na następujących wartościach:
 - zdrowiu i bezpieczeństwu uczestników;
 - procesowym podejściu do ćwiczeń prowadzących do osiągnięcia dobrostanu psychofizycznego, nie zaś na wysiłku sportowym;
 - krytycznej dyskusji i wypracowaniu własnych doświadczeń przez ćwiczących pod warunkiem zachowania reguł bezpieczeństwa;
 - wykorzystywaniu metod rekreacji ruchowej, które są mierzalne, powtarzalne i doświadczalnie sprawdzone;
 - badaniu różnych tradycji jogi indyjskiej w oparciu o założenia nauki o kulturze fizycznej;
- STUDIO JOGA MY WAY MONIKA GAŚIOREK oferuje zajęcia grupowe i indywidualne oraz transmisje audio-wizualne z AERIAL JOGI. Aerial Joga (joga antygravitacyjna) to odmiana jogi klasycznej, w której wykorzystuje się chustę (hamak) zawieszoną pod sufitem.

II. OPŁATY I ZAPISY NA ZAJĘCIA:

- Zapisy na zajęcia prowadzone są drogą elektroniczną na adres e-mail: jogamyway@gmail.com, lub smsem nr tel. 537903110, lub przez Messenger.
- Zapisy przyjmowane są najpóźniej 2 godziny przed zajęciami.
- STUDIO ma prawo odwołać zajęcia, jeżeli nie zbierze się minimalna ilość uczestników (4 osoby).
- STUDIO każdorazowo informuje Uczestnika o takiej sytuacji.
- Opłata za zajęcia dotyczy konkretnego Uczestnika i nie może być przenoszona na inne osoby.
- Opłata za zajęcia wymaga rejestracji danych Uczestnika, który zobowiązuje się do podania prawdziwych danych osobowych.
- Rejestrując się Uczestnik wyraża zgodę na przechowywanie i przetwarzanie przez STUDIO JOGA MY WAY MONIKA GAŚIOREK swoich danych osobowych w celu prawidłowej realizacji usług i zapewnienia sprawnego kontaktu z Uczestnikiem.
- Dane osobowe Uczestnika wykorzystywane są w celach przekazywania informacji o ofercie wyłącznie za zgodą osoby udostępniającej dane osobowe.
- Przechowywanie i przetwarzanie otrzymanych danych osobowych odbywa się przy zachowaniu zasad określonych w Ustawie z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U.2019.1781 t.j.) oraz w Ustawie z dnia 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (Dz.U.2020.344 t.j.). Każda osoba udostępniająca swoje dane osobowe ma prawo dostępu do nich, jak również do ich poprawiania i uaktualnienia.

III. PŁATNOŚCI:

- Dokonywanie płatności możliwe jest w następującej formie:
 - gotówką na miejscu do rąk Organizatora;
 - za pomocą przelewu bankowego na wskazane przez Organizatora konto bankowe Velo Bank nr rach. 74 1560 0013 2025 3766 9000 0001 lub BLIKiem na nr tel. 537903110 z opisem joga i miesiąc, którego dotyczy opłata i rodzaj zajęć.

IV. REKLAMACJE:

- Reklamacje związane ze świadczeniem usług i skargi można składać pisemnie:
 - na adres: 05-123 Chotomów, ul. Kasztanowa 13G.
 - w formie elektronicznej za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres: jogamyway@gmail.com
- Opis reklamacji powinien zawierać:
 - informacje i okoliczności dotyczące przyczyn lub powodów reklamacji, w szczególności rodzaj i data wystąpienia nieprawidłowości;
 - dane kontaktowe składającego reklamację – imię, nazwisko, adres;
 - oczekiwany przez składającego sposób rozpatrzenia reklamacji.
- Reklamacja powinna być złożona nie później niż w terminie 1 miesiąca od dnia zaistnienia zdarzenia stanowiącego podstawę reklamacji.
- STUDIO udziela odpowiedzi na reklamację na wskazany przez reklamującego adres, w terminie 14 dni od dnia jej otrzymania.
- STUDIO jest uprawnione do pozostawienia reklamacji bez rozpoznania w sytuacji złożenia jej po terminie, jak również wówczas, gdy nie jest możliwe jej rozpoznanie z uwagi na brak danych identyfikujących osobę składającą.

V. ODSTĄPIENIE OD UMOWY

- Prawo odstąpienia od umowy nie przysługuje Klientowi w odniesieniu do Regulaminu, jeżeli STUDIO wykonało w pełni usługę za wyraźną zgodą Klienta, który został poinformowany przed rozpoczęciem świadczenia, że po spełnieniu świadczenia przez STUDIO utraci prawo odstąpienia od umowy.
- W przypadku usługi, której wykonywanie – na wyraźne żądanie Klienta – rozpoczęło się przed upływem terminu do odstąpienia od umowy, Klient, który wykonuje prawo odstąpienia od umowy po zgłoszeniu takiego żądania, ma obowiązek zapłaty za świadczenia spełnione do chwili odstąpienia od umowy. Kwotę zapłaty oblicza się proporcjonalnie do zakresu spełnionego świadczenia, z uwzględnieniem uzgodnionej w umowie ceny lub wynagrodzenia.
- Odstąpienie od umowy a tym samym rezygnację z uczestnictwa w zajęciach należy składać w formie pisemnej lub elektronicznej, przed całkowitym wykorzystaniem wykupionego karnetu.

VI. ZASADY DZIAŁANIA STUDIA JOGI

1. STUDIO jest otwierane 15 minut przed zajęciami.
2. Na zajęcia przychodzimy punktualnie, a najlepiej 10 minut przed ich rozpoczęciem.
3. Instruktor realizuje na zajęciach określony program ćwiczeń, składający się na jedną całość.
4. Ze względów higienicznych oraz dla komfortu innych osób ćwiczących na salę wchodzimy bez obuwia i okrycia wierzchniego. Rzeczy te pozostawiamy w miejscu do tego przeznaczonym.
5. STUDIO nie odpowiada za pozostawione rzeczy w szatni lub na terenie studia, dlatego rzeczy wartościowe zostawiamy w zasięgu swojego wzroku lub w wyznaczonym miejscu.
6. Uczestnik zajęć zobowiązany jest do:
 - a) przestrzegania i zachowania czystości na sali oraz do poszanowania ogólnie przyjętych norm zachowania się;
 - b) stosowania się do instrukcji użytkowania poszczególnych pomieszczeń Studia oraz znajdujących się w nich urządzeń i przyrządów, które podawane są do wiadomości przez instruktora;
 - c) wyciszenia lub wyłączenia telefonu przed każdymi zajęciami, tak by nie zakłócać spokoju innym uczestnikom;
 - d) sprawdzenia stanu technicznego sprzętu dostępnego w STUDIO i zgłoszenie ewentualnych uwag instruktorowi
 - e) po każdym ćwiczeniu odłożyć sprzęt w przeznaczone do tego miejsce;
 - f) nie zakłócać spokoju innym użytkownikom przebywającym na Sali, nie komentować wyglądu oraz sposobu ćwiczeń innych uczestników;
 - g) zabrania się działań powodujących uszkodzenia lub zniszczenie mienia, jak również zniszczenie pomieszczeń Studia;
 - h) zabrania się spożywania alkoholu, palenia na terenie Studia oraz spożywania jedzenia (w tym żucia gumy) w trakcie wykonywania ćwiczeń;
 - i) stosowania się do przepisów przeciwpożarowych;
 - j) do przestrzegania Regulaminu.
7. Ćwiczymy boso w wygodnym stroju sportowym, który nie uciska i nie krępuje ruchów.
8. Ćwiczymy na macie prywatnej lub na macie dostępnej w studiu. (ilość mat ogólnodostępnych jest ograniczona)
9. Po wejściu na salę zachowujemy spokój, pozwalając tym samym na wyciszenie się.
10. Nie spożywamy obfitych i ciężkostrawnych posiłków na min. 2 godziny przed zajęciami.
11. Na sali ćwiczyć mogą osoby zdrowe, bez przeciwwskazań lekarskich. Powiedz prowadzącemu zajęcia o swoim stanie zdrowia, aktualnych problemach, urazach lub ewentualnej ciąży, czy menstruacji.
12. Osoby, które nie skonsultowały z lekarzem swoich problemów zdrowotnych oraz nie mają zgody lekarza do ćwiczeń jogi, ani nie uprzedziły o nich instruktora, ćwiczą na własną odpowiedzialność. Osoby te powinny uważać i nie nadwyręzać się podczas ćwiczeń.
13. Kobiety w czasie menstruacji powinny być bardziej uważne na doznania w ciele i nie wykonywać pozycji odwróconych oraz ćwiczeń, podczas których uciskany jest brzuch. Kobiety są zobowiązane do informowania instruktora prowadzącego zajęcia o trwającej menstruacji.
14. W zajęciach mogą uczestniczyć kobiety od 14 tygodnia ciąży po uprzednim okazaniu zaświadczenia lekarskiego od lekarza prowadzącego ciążę.
15. Instruktor ma prawo odmówić wstępu na salę osobie, która wykazuje wyraźne objawy chorobowe, np. katar, kaszel. Ma również prawo do zmierzenia temperatury osobie, która wygląda na chorą.
16. Osoby uczestniczące w zajęciach oraz używające wyposażenia i urządzeń STUDIA robią to wyłącznie na własną odpowiedzialność i ryzyko. STUDIO nie ponosi odpowiedzialności za szkody na osobie lub mieniu poniesione przez Uczestnika oraz jakiegokolwiek konsekwencje zdrowotne wynikające z indywidualnego stanu jego zdrowia. Uczestnik akceptując regulamin zręka się wszelkich roszczeń w stosunku do STUDIA z tytułu uszczerbku na zdrowiu bądź pogorszenia się stanu zdrowia w związku z uczestnictwem w zajęciach organizowanych przez STUDIO.
17. Uczestnicy, których stan zdrowia w jakikolwiek sposób negatywnie wpływa na ich zdolności umysłowe lub fizyczne, nie mają prawa uczestniczyć w zajęciach, a także korzystać z urządzeń i usług STUDIA.
18. Uczestnik przed zajęciami w STUDIU powinien we własnym zakresie skontrolować stan zdrowia oraz dowiedzieć się o ewentualnych przeciwwskazaniach do udziału w zajęciach. Osoby przyjmujące leki, które w jakikolwiek sposób wpływają na ich zdolności fizyczne i psychiczne, nie mogą brać udziału w zajęciach prowadzonych w STUDIU.
19. Zasady bezpieczeństwa na zajęciach typu Aerial Joga:
 - a) Przyjdź punktualnie na zajęcia. Ważne, aby wszyscy zaczęli równo rozgrzewkę i wysłuchali instrukcji instruktora. Ze względu na Twoje bezpieczeństwo oraz komfort osób ćwiczących, spóźnieni nie będą mogli dołączyć do zajęć. Zasada ta dotyczy zwłaszcza tych, którzy będą na zajęciach Aerial po raz pierwszy – prosimy o przybycie do klubu ok 10 minut wcześniej.
 - b) Zdejmij całą biżuterię – nie warto ryzykować urazu bądź zerwania np. łańcuszka.
 - c) Nie żuj gumy, ryzyko zadławienia wzrasta w pozycjach odwróconych.
 - d) Ćwicz boso, w skarpetkach będziesz się ślizgać.
 - e) Załóż strój przylegający do ciała, bez suwaków i dekoracji, koszulka powinna mieć rękawy.
 - f) Na zajęcia przychodź z krótkimi paznokciami.
 - g) Uważnie słuchaj i wykonuj polecenia instruktora.
 - h) Do wiązania włosów używaj tylko gumek.
 - i) Nie przychodź na zajęcia z chorobami dermatologicznymi, ranami i innymi uszkodzeniami skóry, ryzykujesz pogorszenie sytuacji.
 - j) Nie jedz i nie pij kawy ani napojów gazowanych na 3 godziny przed zajęciami.
20. Przeciwwskazania do udziału w zajęciach typu Aerial Joga: Jaskra; Cięża; Menstruacja; Operacja przebyta w ciągu ostatnich 3 miesięcy; Choroby serca; Przebyty zawał; Bardzo niskie lub bardzo wysokie ciśnienie; Niedawno odniesiony uraz głowy; Skłonność do omdleń; Zawroty głowy; Osteoporoza; Zespół cieśni nadgarstka; Zapalenie zatok przynosowych; Dyskopatia; Przepuklina rozworu przetykowego; Zapalenie stawów; Botox w ostatnich 6-ciu godzinach; Choroby układu nerwowego; Nadwaga (>90 kg)

21. Uczestnik zobowiązany jest wykonywać ćwiczenia zgodnie z instrukcją instruktora.
22. Należy niezwłocznie sygnalizować pogorszenie samopoczucia podczas zajęć.
23. Podczas wykonywania ćwiczeń koncentrujemy się na pracy własnej, z nikim się nie porównujemy i nie ćwiczymy ponad swoje możliwości. Staramy się uszanować ograniczenia występujące w naszym ciele.
24. Zaleca się by Uczestnik zawarł we własnym zakresie ubezpieczenie od Następstw Niezszczęśliwych Wypadków w związku z wykonywanymi czynnościami w zorganizowanych zajęciach Jogi.
25. Instruktor ma prawo odmówić prawa wstępu na salę ćwiczeń, bez podania wyraźnego powodu, również w trakcie trwania zajęć. W takim przypadku STUDIO zwraca klientowi opłatę za ćwiczenia, chyba, że odmowa prawa wstępu na salę ćwiczeń wynika z naruszenia przez klienta zasad korzystania z usług Studia, opisanych w Regulaminie.
26. Pytania dotyczące konsultacji indywidualnych prosimy zadawać przed lub po zajęciach, aby nie przerywać pracy grupie.
27. Osoby niepełnoletnie mogą ćwiczyć jedynie pod opieką opiekuna, na jego odpowiedzialność lub dostarczyć zaświadczenie od rodziców w którym zgadzają się na uczestnictwo ich podopiecznego w zajęciach (wiek 15-18 lat).
28. Z uwagi na komfort i koncentrację osób ćwiczących, wstęp na salę po rozpoczęciu zajęć oraz jej opuszczenie przed zakończeniem nie są możliwe, chyba, że instruktor wyrazi na to zgodę.
29. STUDIO JOGA MY WAY nie honoruje kart Multisport, Fit Profit i OK System.
30. **STUDIO zastrzega sobie możliwość zmiany cennika i zobowiązuje się umieścić informację o planowanej zmianie na tablicy ogłoszeń oraz fanpage na portalu FB i IG @jogamyway.**
31. Klient wykupując karnet może brać udział w dowolnych zajęciach oferowanych przez STUDIO (zgodnie z aktualnym grafikiem), za wyjątkiem Aerial Jogi, na którą obowiązują oddzielne zapisy ze względu na ograniczoną liczbę hamaków.
32. **Opłata za jednorazowe zajęcia grupowe wynosi 60 zł; Karnet 4 x wejścia na m/c wynosi 200 zł; Karnet 10 x na 60 dni wynosi 400 zł; Karnet OPEN ważny 30 dni 400 zł; Zajęcia indywidualne 200 zł; Kurs Jogi od Podstaw 400 zł; Aerial Joga 50 zł;**
33. Przed rozpoczęciem nowego okresu rozliczeniowego należy pokazać dowód wpłaty, o ile pieniądze nie wpłynęły jeszcze na konto organizatora.
34. Uczestnik akceptuje fakt, że przychodząc do STUDIA tuż przed zajęciami bez wcześniejszej rezerwacji może nie mieć miejsca.
35. Podanie adresu mailowego na oświadczeniu równoznaczne jest ze zgodą na otrzymywanie newslettera drogą elektroniczną.
36. Faktury wystawiamy w ciągu 14 dni oraz udostępniamy na życzenie Klienta. O chęci otrzymania faktury należy powiadomić przed wystawieniem paragonu. Faktura może być wystawiona do paragonu tylko wówczas, gdy na paragonie będzie NIP nabywcy.
37. Uczestnictwo w zajęciach jest jednocześnie zobowiązaniem do przestrzegania powyższego regulaminu.

VII. ZAJĘCIA ZDALNE ONLINE

1. Organizator zobowiązuje się do udostępnienia materiału audio-wizualnego.
 - c) Dostęp do spotkania online wymaga opłacenia jednorazowego wstępu w wysokości ustalonej każdorazowo (w zależności od rodzaju i zakresu opracowanego materiału) za pomocą przelewu bankowego na wskazane przez Organizatora konto bankowe Velo Bank nr rach. 74 1560 0013 2025 3766 9000 0001, lub BLIKiem na nr tel. 537903110 z opisem joga i rodzaj zajęć.
2. Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy online.
3. Zajęcia online są obsługiwane przez platformę GOOGLE MEETS. Najłatwiejszym sposobem dołączenia do zajęć jest kliknięcie linku podanego w e-mailu zwrotnym wysyłanym przez Organizatora po otrzymaniu wpłaty.
4. Do zajęć można dołączyć najpóźniej 5 minut przed ich rozpoczęciem.
5. Materiał audio-wizualny udostępniany jest w celu wzbogacenia wiedzy uczestnika nt. jogi.
6. Wszystkie szczegóły odnośnie zajęć oraz aktualizacja oferty znajduje się na FB i IG @jogamyway

VIII. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH I POLITYKA PRYWATNOŚCI

1. Administratorem danych osobowych ujawnionych i przetwarzanych jest MONIKA GAŚIOREK prowadząca działalność gospodarczą pod firmą MONIKA GAŚIOREK JOGA_MY_WAY z siedzibą w Chotomowie, ul. Kasztanowa 13G, tel.537 903 110, e-mail: jogamyway@gmail.com.
2. Dane osobowe przetwarzane będą w celu wykonania Umowy lub podjęcia działań na Pani/Pana żądanie przed zawarciem Umowy tj. na podstawie prawnej wskazanej w art. 6 ust. 1 lit. b) Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych).
3. Dane osobowe mogą być przekazywane dostawcom usług, którym Szkoła zleciła usługi związane z przetwarzaniem danych osobowych, np. dostawcom usług IT lub podwykonawcom. Takie podmioty przetwarzają dane na podstawie umowy zawartej ze STUDIEM i tylko zgodnie z jej poleceniem.
4. Przysługuje Pani/Panu prawo dostępu do treści danych oraz ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, a także prawo sprzeciwu, zażądania zaprzestania przetwarzania i przenoszenia danych, oraz prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego tj. Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
5. Podanie danych osobowych jest warunkiem realizacji Umowy. W przypadku niepodania danych osobowych będzie skutkowało to brakiem realizacji Umowy.
6. Dane osobowe są przechowywane przez czas niezbędny do realizacji Umowy oraz przez czas, w jakim możliwe jest dochodzenie roszczeń w związku z wykonaniem Umowy, maksymalnie 10 lat od dnia zakończenia świadczenia ostatniej usługi na rzecz Pani/Pana.
7. STUDIO przetwarza: imię, nazwisko, adres, PESEL, numer paszportu w przypadku cudzoziemców, numer telefonu kontaktowego, adres e-mail(opcjonalnie): dane firmy.
8. STUDIO, w celu wykonywania prawnie uzasadnionych interesów STUDIA tj. na podstawie, o której mowa w art. 6 ust. 1 lit. f) ogólnego rozporządzenia o przetwarzaniu danych, do których należą:
 - a) zapewnienie bezpieczeństwa w STUDIO (przy wykorzystaniu monitoringu),
 - b) dochodzenie lub obrona roszczeń lub praw STUDIO,
 - c) wypełnienie zobowiązań prawnych, w tym wiążących STUDIO nakazów władz i sądów,

przetwarza: imię, nazwisko, adres, PESEL, numer paszportu w przypadku cudzoziemców, numer telefonu kontaktowego, adres e-mail (opcjonalnie): dane firmy, dane audiowizualne.

9. W stosunku do Uczestników, którzy wyrazili zgodę na otrzymywanie informacji handlowych:
- a) dane osobowe przetwarzane na podstawie wyrażonej zgody tj. na podstawie prawnej wskazanej w art. 6 ust. 1 lit. a) ogólnego rozporządzenia o ochronie danych;
 - b) przysługuje Pani/Panu prawo dostępu do treści danych oraz ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, a także prawo sprzeciwu, zażądania zaprzestania przetwarzania i przenoszenia danych, oraz prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego tj. Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych;
 - c) dane osobowe są przechowywane do czasu cofnięcia zgody, maksymalnie przez okres 10 lat od dnia jej udzielenia. Cofnięcie zgody należy przesłać na adres jogamyway@gmail.com.

OŚWIADCZENIE

Akceptuję zasady uczestnictwa i regulamin STUDIA oraz wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych przez MONIKA GAŚIOREK JOGA_MY_WAY z siedzibą w Chotomowie, ul. Kasztanowa 13G, w celu związanym z realizacją zajęć jogi oraz przesyłania treści marketingowych na mój adres poczty elektronicznej wskazany poniżej. Zgoda może zostać cofnięta w dowolnym momencie poprzez wysłanie wiadomości na adres poczty elektronicznej STUDIA: jogamyway@gmail.com z adresu, którego zgoda dotyczy.

IMIĘ:

NAZWISKO:

TELEFON:

E-MAIL:

DATA:

PODPIS: