



– Natuurlijk in je Element – Visvliet, Groningen

Wees welkom bij (yoga) activiteiten georganiseerd door 'Natuurlijk in je Element'. Hier vind je algemene info en info over :

- eigen risico en aansprakelijkheid bij deelname
- annulering
- overmacht
- privacyverklaring
- klachtenregeling

Deelname en aansprakelijkheid

- Deelname aan activiteiten van 'Natuurlijk in je Element' zijn geheel op eigen risico. Respecteer je eigen grenzen en forceer niets. Je bent en blijft zelf verantwoordelijk. Volg de aanwijzingen van de docent op. Indien er vragen zijn over bepaalde oefeningen, stel ze zeker, ook tijdens de les.
- Eventuele klachten of blessures graag even melden (bv hoge bloeddruk, spier/gewrichtsklachten), dan kunnen we er rekening mee houden tijdens de les.
- Heb je verder ook maar enige twijfel hebt over je gezondheid, zowel lichamelijk als geestelijk, neem dan contact op met (huis-)arts alvorens te beginnen met yoga.
- Indien je pijn voelt bij een houding, bv kramp, misselijkheid, duizeligheid, stop dan direct door direct rustig uit de houding te komen. En laat de docent weten wat er gebeurt.
- Wat betreft yoga lessen is het goed na de les te drinken, bij voorkeur thee. En het best is, liefst 1 ½ tot 2 uur, vóór de yoga les niet te zwaar te eten.
- "Natuurlijk In Je Element" / Jop van Bragt is niet aansprakelijk voor schade en/of verlies van eigendommen van de cursist, noch voor enig lichamelijk letsel dat voor, tijdens of na een les is ontstaan.

Yoga trainer Anat Geiger verwoordt een idee over je eigen grenzen goed; citaat uit een artikel in het magazine Yoga :

..... " Geiger raadt aan om vooral je lichaam te bestuderen, niet de dogma's. De houding die goed voor je is, is de houding die goed voor jou voelt. Uiteindelijk gaat yoga over stromen van energie. De houdingen zijn geen doel, maar een middel. Iemand kan in een aangepaste versie hetzelfde ervaren als iemand die dezelfde pose in de meest gevorderde variant uitvoert. Laat dit geen reden zijn om je grenzen niet te verkennen, want waar weerstand is, is ook de mogelijkheid om te groeien. Onderzoek waar de weerstand vandaan komt: is een houding fysiek onmogelijk? Of houdt angst je tegen verder te gaan? Kijk hoe ver je kunt gaan, maar blijf geduldig, zacht en vriendelijk voor je lijf."

Daaraan wil ik toevoegen dat pijn bij een oefening niet de bedoeling is. Spanning of rek in de spieren kan wel, deze zoek je juist op. Dit zorgt voor zuurstoftoevoer naar die plek, waardoor genezing kan plaatsvinden.

Annulering

hier wordt over nagedacht

Overmacht

Onder overmacht wordt verstaan iedere situatie buiten de invloed van 'Natuurlijk in je Element', zoals ziekte van de docent, overheidsmaatregelen of andere onverwachte omstandigheden.

In geval van overmacht kan een les worden geannuleerd of verplaatst zonder dat er recht ontstaat op aanvullende schadevergoeding.

Privacyverklaring

Bij 'Natuurlijk in je Element' wordt veel waarde gehecht aan jouw privacy. We gaan zorgvuldig en respectvol om met jouw persoonsgegevens en verwerken deze in overeenstemming met de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG).

'Natuurlijk in je Element', gevestigd te Visvliet in provincie Groningen wordt vertegenwoordigd door Jop van Bragt, is verantwoordelijk voor de verwerking van persoonsgegevens.

Contact : jopvanbragt@gmail.com of 06 131 80 388

Wanneer je deelneemt aan een les of andere activiteit, kunnen wij de volgende gegevens verwerken :

- Voor- en achternaam
- E-mailadres
- Telefoonnummer
- (Betalings) gegevens over reeds deelgenomen activiteiten

Wij verwerken geen bijzondere persoonsgegevens, tenzij je deze zelf vrijwillig met ons deelt (bijvoorbeeld informatie over een blessure).

Het doel van deze gegevens komt neer op :

- Het verwerken van je inschrijving of betaling
- Wettelijke verplichting zoals fiscale bewaarplicht
- Toestemming op het versturen van aankondiging aankomende activiteiten
- Gerechtvaardigd belang zoals het verbeteren van dienstverlening

De gegevens worden gebruikt voor:

- Administratie en facturatie
- Contact over lessen, wijzigingen of annulering
- Het versturen van informatie over activiteiten. Ik zal altijd vragen of je aankondigen via email wilt vragen ontvangen.
- Het vragen naar ervaringen of feedback
- Je kunt je op ieder moment afmelden voor e-mailcommunicatie. Dit doe je door een mail te sturen naar jopvanbragt@gmail.com.
- Het vragen naar ervaringen of feedback

Persoonsgegevens worden niet langer bewaard dan nodig is.

- Gegevens van actieve deelnemers worden bewaard zolang er deelname aan yogalessen zijn
- Gegevens van inactieve deelnemers worden maximaal 1 jaar na laatste deelname bewaard
- Gegevens die onderdeel zijn van de financiële administratie worden 7 jaar bewaard. Dit is een wettelijke verplichting.

Na afloop van de bewaartermijn worden gegevens verwijderd of geanonimiseerd.

Persoonsgegevens worden nooit verkocht aan derden.

Persoonsgegevens worden uitsluitend gedeeld met partijen nodig voor de dienstverlening zoals :

- Boekings- of reserveringssystemen
- Betalingsproviders
- E-mailsoftware

Met deze partijen worden – indien vereist – verwerkersovereenkomsten gesloten.

Wij verkopen nooit persoonsgegevens aan derden.

Klachtenregeling

Heb je een klacht of ben je ergens niet tevreden over? Neem dan gerust contact op via :

jopvanbragt@gmail.com

- Binnen 10 dagen na een activiteit kan u laten weten wat de klacht is.
- Binnen 7 dagen ontvang je een inhoudelijke reactie. We zoeken altijd samen naar een passende oplossing.

Toepasselijk recht

Op alle overeenkomsten met 'Natuurlijk in je Element' is Nederlands recht van toepassing.

Eventuele geschillen worden voorgelegd aan de bevoegde rechter in Nederland.



Jop van Bragt / Natuurlijk in je Element

06 131 80 388

jopvanbragt@gmail.com

<http://zonenwind.org/>

<https://jopvanbragt.nl/>

