



Yogastudio Westland

Hyacinthstraat 24a
2691 LH 's-Gravenzande (Heenweg)
www.yogawestland.com
email: yogawestland@gmail.com
Lucia de Jong: 06 26852848

Informatie over de lessen in 2023 – 2024

Lestijden

Maandag	9.00 uur - 10.30 uur	Yin Yoga	Cindy
	19.00 uur - 20.30 uur	Zwangerschapsyoga	Marian
	20.45 uur - 22.15 uur	Hatha Yoga	Lucia
Dinsdag	19.00 uur - 20.30 uur	Hatha Yoga	Lucia
	20.45 uur - 22.15 uur	Hatha Yoga	Lucia
Woensdag	9.30 uur - 11.00 uur	Hatha Yoga	Lucia
	19.00 uur - 20.30 uur	Hatha Yoga	Sonja
	20.45 uur - 22.15 uur	Hatha Yoga	Sonja
Donderdag	19.30 uur - 21.00 uur	Restore & Balance Yin Yoga	Joyce
Vrijdag	20.00 uur - 22.00 uur	Sacrale dans, incidenteel	Lucia
Zondag	14.00 uur - 16.00 uur	Sacrale dans, 2 keer per maand	Lucia

Op vrijdagochtend is er ruimte voor reünies van cursussen zwangerschapsyoga.
Op zaterdagochtenden-middagen zijn er regelmatig partnerlessen voor de cursus zwangerschapsyoga.

In de weekenden is er ruimte voor workshops, klankconcerten, meditatie en aanverwante activiteiten.

INFORMATIE/RICHTLIJNEN M.B.T. HET VOLGEN VAN DE YOGA LESSEN:

Kom op tijd a.u.b. Dat wil zeggen: ongeveer tien minuten voor aanvang van de les. Makkelijke los zittende kleding, graag schone sokken dragen en een grote handdoek meenemen voor op het matje te leggen. Matjes, kussentjes en dekentjes zijn aanwezig. Neem bij voorkeur je eigen dekentje mee, extra handdoek voor over een kussen te plaatsen.

Let op je voeding en het tijdstip van de maaltijd voor de les (eet bij voorkeur licht en minstens anderhalf uur voor aanvang van de les).

Opzeggen

Er geldt een opzegtermijn van één maand. Dit kan uitsluitend gebeuren via een email dus schriftelijk.

Bij verhindering graag tijdig afbellen bij Lucia de Jong, je kunt haar bereiken onder nummer: 06 26 85 28 48, of stuur een whatsappje of mailtje naar yogawestland@gmail.com. Daardoor kan iemand anders op jouw plek een les inhalen.

De andere, vaste docenten kun je bereiken via:

- Cindy van Kester, tel, 06 14 33 29 24, cindy@up-toyou.nl
- Sonja Visser, tel. 06 40 47 23 40, innsaeiyogaencoaching.com@gmail.com
- Marian Groenewegen, tel. 06 52 28 67 83, marian@geboortebegeleiding-westland.nl
- Joyce Huis, tel. 06 81 79 55 48 joycehuisfotografie@gmail.com

Als er plaats is, kun je bij verhindering de les in dezelfde week inhalen. Maar probeer de lessen zoveel mogelijk op de afgesproken tijd te volgen.

Je bent zelf verantwoordelijk voor je gezondheid. Bij medische (ook psychische) klachten is het verstandig de docent daarover in te lichten.

De betalingen

Het yogalesgeld bedraagt € 80,- per 2 maanden (in overleg kan ook per maand € 40,00 worden overgemaakt).

Het volgen van een yoga proefles kost € 12,50 per keer.

Een sacrale dansmiddag of -avond kost € 12,50 per keer.

Je kunt (mits er plaats is) met korting twee lessen per week volgen. Dan ontvang je een korting. Je betaalt dan voor de 2e les 26,50 per maand. Dus voor 2 maanden betaal je 133,- of 66,50 per maand.

Het lesgeld moet worden voldaan voorafgaand aan elke nieuwe periodes.

Er zijn 5 betaalperiodes:

- september/oktober
- november/december
- januari/februari
- maart/april
- mei/juni

Graag overhandigen in een enveloppe met je naam en datum erop. Of je maakt het lesgeld over op rekening:

NL29 INGB 0004 320 55 7, t.n.v. L.M. de Jong, graag o.v.v. welke 2 maanden, dagdeel en lestijdstip waarop je yoga volgt. Het is belangrijk dat je je naam vermeldt waarmee je staat ingeschreven.

Bij afwezigheid wegens vakantie, ziekte en dergelijke moet het lesgeld worden doorbetaald. Lessen die vervallen i.v.m. officiële feestdagen en vakanties worden doorbetaald, met uitzondering van de zomervakantie.

Mocht je niet naar yogales kunnen komen door bijvoorbeeld een operatie of een ongeval, dan kan in uitzonderingsgevallen in overleg met de docent restitutie van lesgeld worden gegeven.

De vakanties en feestdagen zijn voor de komende periode als volgt:

Herfstvakantie	14-10-2023 t/m 22-10-2023
Kerstvakantie	24-12-2023 t/m 7-01-2024
Voorjaarsvakantie	19-02-2024 t/m 25-03-2024
Pasen	zondag 31 maart en maandag 1 april 2024
Meivakantie	29-04-2024 t/m 10-05-2024
Hemelvaartsdag	donderdag 9 mei en vrijdag 10 mei 2024
Pinksteren	zondag 19 mei en maandag 20 mei 2024
Zomervakantie	maanden juli en augustus

In de hele maand juli is er een speciaal yogazomerprogramma te volgen, via de website: www.yogawestland.com kun je dit programma lezen.