



REGULAMENTO INTERNO

Querido(a) Aluno(a),

Acolhemos todos com carinho e desejamos boas práticas! Todos os instrutores/professores trabalham com amor e dedicação para que possamos desfrutar de momentos tranquilos no caminho do crescimento pessoal.

Sugestões:

- Procure começar a aula na hora marcada e considere não utilizar relógio durante;
- Alimente-se de preferência 1 hora antes de iniciar a prática e 30 minutos após a mesma;
- Aconselha-se que cada aluno tenha o seu próprio tapete;
- Participe sempre que possível dos cursos, palestras e workshops disponíveis no nosso estúdio que considere úteis para o seu desenvolvimento.

Normas

1. Siga as instruções dadas pelos instrutores das atividades, zelando pela preservação e conservação do espaço e da sua própria saúde.
2. **Telemóvel** - recorde-se de o desligar ou tirar o som para uma prática mais prazerosa.
3. Em caso de indisponibilidade do professor para ministrar a atividade, esta poderá ser assegurada por um professor substituto ou remarcada para outra data a ser acordada entre ambas as partes.
4. É responsabilidade de cada um assegurar a sua presença nas aulas. Em caso de ausência pontual e desejar repor a mesma, deve avisar com antecedência e fazê-lo no prazo máximo de até 15 dias.
5. Se previamente acordado com os alunos, a prática poderá ser facilitada no exterior, caso as condições climáticas assim o permitam.
6. A inscrição em qualquer das atividades regulares mensais pressupõe o pagamento do seguro anual (15 euros), no ato da inscrição.
7. As mensalidades deverão ser liquidadas até ao **dia 8 do mês a que corresponde**.
8. Em caso de ausência prolongada por um período de um mês sem justificação médica, o retorno às atividades **implicará o pagamento de 50% da mensalidade** correspondente ao mês de ausência.
9. Em caso de ausência por um período superior **a 2 meses**, o retorno às atividades fica condicionado ao pagamento de novo seguro. (15 euros anual)
10. O aluno pode deixar no estúdio, no local designado para o efeito, o seu tapete, manta, bloco ou qualquer outro suporte que seja integrado na prática das atividades, não se responsabilizando a gerência por qualquer dano ou extravio dos mesmos. Devem contudo manter a boa arrumação.
11. O estúdio encerra aos feriados.
12. No mês de Agosto o estúdio estará encerrado para férias 15 dias, pelo que a mensalidade será apenas de 50%.

Este regulamento entra em vigor a partir desta data. Desfrute!

Almoinha, 6 de Setembro de 2025

A Gerência