

Documento de Inscripción



• **Día de la Clase:**

• **Hora:**

• **Nombre:**

• **Télefono:**

• **E-mail:**

• **Problemas de Salud:**

RECOMENDACIONES

- Presentarse de 10 a 15 minutos antes de la sesión.
- Utilizar ropa deportiva, cómoda y suelta.
- Utilizar Yoga Mat. El alquiler del Yoga Mat tiene un costo de ¢500 por clase (la cuota mensual ilimitada incluye alquiler de Yoga Mat gratuito).
- Traer una botella con agua.
- Utilizar una toalla (para el sudor).
- No comer en 2 horas previas a la clase.
- No interrumpir la clase.
- No utilizar perfumes, colonias o desodorantes fuertes durante la práctica.
- Apagar o silenciar el teléfono dentro de la clase.
- Practicar de manera regular (de 3 a 5 días por semana) para conseguir mejores resultados.
- * Preséntate a tu instructora y coméntale si sufres alguna lesión o si tienes alguna necesidad concreta.

NORMATIVA Y REGULACIÓN

- Solicitar el formulario, llenarlo y enviarlo al correo: pranayogacr@gmail.com para su inscripción. La inscripción es gratuita.
- Las cuotas de la mensualidad se cancelan el día 01 de cada mes (o pudiendo cancelarse en cualquier momento antes de la fecha).
- Una vez abonada, la cuota no podrá reembolsarse ni modificarse por ningún motivo.
- Se cobrará un 10% de interés moratorio si se cancela después de la fecha de pago establecida.
- La cuota **Ilimitada** te permite asistir a todas las clases que desees, incluso a varias clases en un mismo día.
- Prana Yoga ni los instructores se hacen responsables por lesiones o problemas ocasionados por negligencia o por no seguir las instrucciones correspondientes.
- La reposición de clases se darán únicamente si la instructora se ausenta, NO en el caso contrario.

Nombre y Número de Identificación