

## **REGULAMENTO INTERNO**

Urbanização Quinta da Lomba, Rua Padre António Nogueira Gonçalves, Lote 5-A, Coimbra |  
NIF: 233256750 | Tel. 912092518

**Yoga & Harmony – Miriam Jorge** [miriam@yogaharmony.pt](mailto:miriam@yogaharmony.pt) / [yogaharmony.pt](http://yogaharmony.pt)

### **REGULAMENTO INTERNO**

Yoga & Harmony Miriam Jorge (doravante designado por Y.H ou escola) é uma escola de desenvolvimento humano, que tem o Yoga e a Meditação na sua base e que abraça várias áreas do auto-conhecimento e da psicologia transpessoal.

Acreditamos que o Yoga é para todos e que pode transformar a vida de quem pratica de forma comprometida, seja em termos de saúde física, mental, emocional e espiritual, podendo satisfazer a necessidade profunda de liberdade interior, paz de espírito e felicidade permanente. É com seres mais conscientes e realizados que, juntos, cocriamos um mundo mais humano e unido. Gratidão por estar connosco.

O Yoga, a Meditação e todas as atividades de desenvolvimento pessoal e transpessoal e de bem-estar que decorrerão na escola Y.H, reúnem pessoas das mais variadas faixas etárias, estratos sociais e os mais distintos motivos para praticar e usufruir dos inúmeros benefícios, bem como para a evolução espiritual dos praticantes. É precisamente devido a tal diversidade, e porque de outro modo seria impossível harmonizar esta multiplicidade de características sem descurar um mínimo de organização da escola, essencial para a sua eficácia e eficiência no ensino e promoção destas práticas e para o bem estar de todos os alunos, que se impõe a criação de um conjunto de regras base como aquelas que passamos a elencar. Convidamo-lo a abraçar as nossas condições, ajudando a zelar pelo seu cumprimento por parte de todos.

### **DIREITOS DO ALUNO/DEVERES DA ESCOLA**

1. O valor da mensalidade das aulas de grupo corresponde a 4 aulas mensais.
2. Cada aula para adultos terá uma duração entre 60 a 90 minutos e para crianças de 30 a 45 minutos dependendo da modalidade e do n.º mínimo de alunos presente.
3. Nos meses em que haja 5 aulas não acrescerá qualquer valor à mensalidade, considerando-se a aula excedente como uma forma de compensação por eventuais feriados nacionais ou municipais (nos quais não será obrigatória a existência de aulas).
4. As atividades normais da escola decorrem ao longo de todo o ano civil, incluindo no mês de agosto, ainda que no período de Férias o plano de aulas possa ser alterado por forma a melhor se adequar às necessidades dos alunos e disponibilidade dos instrutores.
5. Os instrutores deverão ser pontuais em todas as aulas, zelando para que as mesmas comecem às horas previstas, bem como deverão zelar pelo espaço e pela integridade dos bens que se encontrarem dentro do mesmo.
6. Dentro das disponibilidades da escola, e tendo em conta os níveis de aprendizagem, os alunos têm o direito de compensar as aulas a que tenham faltado noutros horários e com aulas de outras turmas. Essas compensações deverão ser efetuadas no mesmo mês da aula a compensar, tendo de ser acordadas com os instrutores da escola e em função da existência de vaga na respetiva aula.

## **DEVERES DO ALUNO/DIREITOS DA ESCOLA**

- 1.** Cada aula tem início logo que esteja completo o quórum mínimo de 4 alunos inscritos através do formulário de inscrição.
- 2.** A reserva de vaga em cada turma deverá ser informada até 5 dias antes do início do mês seguinte pelos meios de comunicação habituais, nomeadamente whatsapp, e está sujeita ao pagamento da respetiva mensalidade, de outro modo, e caso assim não aconteça, o instrutor poderá disponibilizar a vaga a outro aluno.
- 3.** As mensalidades deverão ser pagas até à primeira semana do mês a que digam respeito, pelas formas disponibilizadas no formulário de inscrição inicial.
- 4.** Tendo em conta que a escola tem custos fixos mensais com cada turma, os alunos deverão liquidar sempre a mensalidade completa, independentemente do número de aulas a que faltarem, sem prejuízo do disposto no ponto 6 dos Direitos do Aluno.
- 5.** A interrupção do pagamento só se justifica no caso de doença devidamente comprovada e impeditiva.
- 6.** Cancelamento das aulas: O aluno deverá informar com a máxima antecedência a sua ausência na prática, se tiver horário fixo, tanto presencial quanto online.
- 7.** Nos feriados nacionais e municipais não haverá aulas, o que não constitui o direito a qualquer compensação ou redução na mensalidade.
- 8.** A escola poderá encerrar pontualmente em alguns dias no período de Natal/Ano Novo, na Páscoa, e em agosto, em conformidade com o calendário anual e feriados previstos não havendo qualquer alteração ao valor das respetivas mensalidades.
- 9.** Seguro: no momento da inscrição será efetuado o pagamento do seguro obrigatório de acidentes pessoais, no valor de 15 euros anuais, acrescido do valor da mensalidade, devendo ser pago nos termos e condições indicados no formulário de inscrição. Caso o aluno não pretenda este seguro deverá assinar um termo de responsabilidade.
- 10.** Procurando salvaguardar o bem-estar dos participantes e a higiene e harmonia do espaço, todos os alunos deverão atentar nos cuidados de higiene necessários antes de se dirigirem para as suas aulas/sessões, bem como guardar os sapatos que trazem da rua no armário à entrada da sala de práticas.
- 11.** A escola Y. H. não se responsabiliza por qualquer dano físico causado por ausência de informação prestada. De igual modo deverão ser respeitadas todas as regras de segurança e todas as instruções dos professores durante as aulas.
- 12.** No que concerne às aulas privadas as mesmas deverão ser agendadas diretamente com o respetivo professor.