

YOGA 2019-2020

Organiza  **grdANANDA** YOGA



GRAN ALACANT

POLIDEPORTIVO J.A. ALEMAÑ VALERO

Dinámico adultos - Prenatal

CEIP VICENTA RUSO

Infantil - Suave adultos y mayores

www.grd-anandayoga.webnode.es

tfno: 665 48 56 07

GRUPO DE RECREACIÓN DEPORTIVA ANANDA YOGA
VISITA WWW.FACEBOOK.COM/GRD-ANANDAYOGA


AYUNTAMIENTO AJUNTAMENT
SANTA POLA

El **Grupo de Recreación Deportiva Ananda Yoga** es una asociación sin ánimo del lucro inscrita en Registro de Entidades Deportivas de la Comunitat Valenciana cuyo fin exclusivo es la práctica de Yoga como Actividad Física, al amparo de la Ley 2/2011 del Deporte y la Actividad Física de la Comunitat Valenciana.

Nuestras clases están abiertas a la participación de todo el mundo, sean socios/as o no.

Para asociarse hay que satisfacer una única cuota social de 20€ al año por unidad familiar. Así, tanto el socio titular como los miembros de su unidad familiar pueden acceder a nuestras actividades con tarifas de socio.

A destacar

- Nuestro personal técnico está formado por instructoras/es certificadas, bien con formación oficial en Instrucción en Yoga (Real Decreto 1076/2012, de 13 de julio), bien con formación en escuelas de yoga privadas y en proceso de homologación.
- Destinamos el 15% de las plazas totales de cada grupo formado, con carácter gratuito, a personas (niños/as o adultos/as) en riesgo de exclusión social. Para ello se deberá acreditar dicha condición con carácter trimestral mediante Certificado del Departamento de Bienestar Social municipal.

YOGA INFANTIL

El yoga constituye una valiosa herramienta para el desarrollo del autoconocimiento físico y emocional de los niños desde la etapa de educación infantil en adelante, pues les enseña a conocer y utilizar sus propios recursos internos para hacer frente a las situaciones cotidianas de la vida de una forma más autónoma y libre, al tiempo que favorece su desarrollo cognitivo en los procesos de enseñanza-aprendizaje, pues actúa positivamente en el desarrollo de habilidades como la atención, la concentración y la creatividad.

Las clases de yoga para niños se estructuran de una forma abierta y flexible. En cada sesión se desarrolla una parte de práctica física (posturas y ejercicios de coordinación), de ejercicios de respiración, de pensamientos positivos para equilibrar las emociones, relajaciones y ejercicios de concentración, y de preparación para la meditación. Todo ello de una forma lúdica y estimulante, a través de juegos con música o visualizaciones con cuentos, y envuelto en una temática determinada que permita trabajar e interiorizar las experiencias vividas en ella.

También la comunicación es un aspecto importante. Dedicar un tiempo a hablar, a intercambiar experiencias, sentimientos, a hacer preguntas, a verbalizar las emociones para poderlas reconocer y aceptar, tanto las propias como las de los demás, resulta esencial para la evolución y crecimiento personal del niño.

En el plano físico, el yoga favorece en los niños la fuerza, resistencia, coordinación, flexibilidad en músculos y articulaciones, el equilibrio, conciencia corporal y postural y la capacidad respiratoria.

En el plano psíquico desarrolla la atención, concentración, creatividad, la capacidad de relajación y calma.

Y en el plano emocional proporciona bienestar interior, seguridad y autoestima, aceptación de sí mismo y de los demás, actitud positiva, sociabilidad, y canalización de las emociones.

Las clases de yoga infantil tienen una duración de 1h.

En la etapa de Infantil y Primaria resulta factible trabajar con niños/as de todas las edades en un sólo grupo, aunque es recomendable la separación por rangos de edad. En función del número de inscritos/as se decidirá la separación en 2 grupos por rangos de edad o la formación de 1 sólo grupo con niños/as de todas las edades.

YOGA SUAVE ADULTOS Y MAYORES

Las clases para adultos y mayores están dirigidas a personas desde los 18 años, y no existe límite de edad máxima. En nuestras clases coinciden alumnos/as de 20 con alumnos/as de 70 años, y son adecuadas tanto para padres y madres, como para abuelos y abuelas de los alumnos del centro, aunque no es preciso tener vinculación con el colegio.

A pesar de tener una exigencia física baja o media-baja, no son clases indicadas para personas con restricciones médicas para la actividad física moderada, o con dificultad severa de movimientos. Recomendamos siempre consultar a la instructora cualquier duda al respecto.

No es necesario haber practicado Yoga anteriormente, ni tener elasticidad, ni tener una buena condición física. El Yoga se adapta a todos, y con el tiempo y la práctica nos enseña a conocer y escuchar nuestro propio cuerpo.

Las clases de Yoga Suave Adultos y Mayores tienen una duración de 1h 15min.

C.E.I.P. DOÑA VICENTA RUSO
INSCRIPCIÓN YOGA INFANTIL

HORARIOS: LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:00 A 18:00 - INFANTIL Y PRIMARIA

Cuota mensual No Socios/as GRD Ananda Yoga: 2 clases /semana: 25€/mes 1 clase/semana: 18€/mes

Cuota mensual Socios/as GRD Ananda Yoga: 2 clases /semana: 22€/mes 1 clase/semana: 15€/mes

DATOS DEL ALUMNO/A Grupo: Lunes y Miércoles 17:00 a 18:00h. Fecha de Nacimiento: _____

Nombre y Apellidos: _____ Curso: _____

Domicilio: _____ Localidad: _____ CP: _____

Nombre y Apellidos padre/madre/tutor-a: _____

Tfno contacto: _____ Email: _____ Firma: _____

Otras personas autorizadas para recoger al alumno/a: _____

SOCIO/A GRD ANANDA YOGA (padre/madre/tutor-a)
 Soy Socio/a – Nombre y Apellidos Socio/a: _____ DNI: _____

 No soy Socio/a ni deseo asociarme

 No soy Socio/a, pero deseo asociarme si se forma grupo y se hace la actividad Fecha de Nacimiento: _____

Nombre y Apellidos: _____ DNI: _____

Domicilio: _____ Localidad: _____ CP: _____

Tfno móvil: _____ Email: _____ Firma: _____

CONDICIONES Y FORMA DE PAGO

- La inscripción se formalizará entregando este formulario cumplimentado y firmado en el AMPA o en GRD.ANANDAYOGA@OUTLOOK.ES. La baja en la actividad deberá entregarse o comunicarse antes del día 25 del mes anterior al de su tramitación efectiva.
- El precio indicado de la actividad corresponde a mes natural. No se descontará del precio ni se recuperarán los días de vacaciones y festivos según el calendario escolar.
- Los días de no asistencia de los alumnos/as no se descontarán de la cuota mensual.
- Los grupos se abrirán con un mínimo de 10 alumnos/as. La asociación se guardará el derecho de abrir o cerrar el grupo, si no se cumplen los mínimos establecidos.
- Es obligación de los padres/madres/tutores informar de cualquier enfermedad, lesión, alergia o intolerancia que el alumno/a pudiera padecer. En caso afirmativo indique cuál/es: _____
- Opciones de Pago:** 1.- Ingreso o transferencia bancaria (**pago mensual**). 2.- Domiciliación bancaria (**pago bimensual**). En ambos casos, entre el 1 y 5 de cada mes. El impago de la cuota producirá la baja en la actividad. (Señalar una opción)

 1. **Ingreso o transferencia bancaria:** cuenta del GRD Ananda Yoga en Bankinter: **ES77 0128 0649 3501 0002 9494**
 2. **Domiciliación bancaria.** (Completar formulario en caso de elegir esta opción de pago)

PAGO BIMENSUAL		Clases / semana		<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
Nº Cuenta Bancaria	IBAN	Entidad	Oficina	DC	Nº Cuenta
Nombre y apellidos del Titular de la cuenta					Firma titular cuenta

El firmante como Padre/Madre/Tutor-a del alumno/a declara conocer y aceptar las normas generales y de funcionamiento del Grupo de Recreación Deportiva Ananda Yoga.

Así mismo, declara que el alumno/a no padece enfermedad, lesión o circunstancia conocida que le impida o haga no recomendable la realización de actividades físicas que impliquen esfuerzo, como es la práctica de Yoga, y que ha sido informado por GRD Ananda Yoga sobre la conveniencia de someterse a un reconocimiento médico que descarte la existencia de alguno de estos factores en caso de duda.

 En GRD Ananda Yoga tratamos la información que nos facilita con el fin de prestarles el servicio solicitado y realizar su facturación. Los datos proporcionados se conservarán mientras se mantenga la relación comercial o durante el tiempo necesario para cumplir con las obligaciones legales y atender las posibles responsabilidades que pudieran derivar del cumplimiento de la finalidad para la que los datos fueron recabados. Los datos no se cederán a terceros salvo en los casos en que exista una obligación legal. Usted tiene derecho a obtener información sobre si en GRD Ananda Yoga estamos tratando sus datos personales, por lo que puede ejercer sus derechos de acceso, rectificación, supresión y portabilidad de datos y oposición y limitación a su tratamiento ante Grupo de Recreación Deportiva Ananda Yoga, Calle Méjico 9, bajo izq. o en la dirección de correo electrónico grd.anandayoga@outlook.es, adjuntando copia de su DNI o documento equivalente. Asimismo, y especialmente si considera que no ha obtenido satisfacción plena en el ejercicio de sus derechos, podrá presentar una reclamación ante la autoridad nacional de control dirigiéndose a estos efectos a la Agencia Española de Protección de Datos, C/ Jorge Juan, 6 – 28001 Madrid.

Solicitamos su autorización para:

 *Comunicarnos con usted por medios electrónicos y poder informarle de otras actividades o servicios nuestros que puedan ser de su interés. SI NO

 *La toma de fotografías y/o la grabación en vídeo durante las actividades desarrolladas por el Grupo de Recreación Deportiva (GRD) en las que participe, así como a su publicación en la página web o redes sociales del GRD y su difusión en medios de comunicación si se considera oportuno. SI NO

C.E.I.P. DOÑA VICENTA RUSO

INSCRIPCION YOGA SUAVE ADULTOS Y MAYORES



HORARIOS: LUNES Y MIÉRCOLES DE 18:30 A 19:45H - ADULTOS Y MAYORES

Cuota No Socios/as GRD Ananda Yoga: Mes (1 clase/sem: 20€ , 2 clases/sem: 32€) - Trimestre (1 clase/sem: 55€ , 2 clases/sem: 85€)

Cuota Socios/as GRD Ananda Yoga: Mes (1 clase/sem: 16€ , 2 clases/sem: 27€) - Trimestre (1 clase/sem: 42€ , 2 clases/sem: 70€)

DATOS DEL ALUMNO/A Grupo: Lunes y Miércoles de 18:30 a 19:45h. Fecha de Nacimiento: _____

Nombre y Apellidos: _____ Curso: _____

Domicilio: _____ Localidad: _____ CP: _____

Tfno contacto: _____ Email: _____ Firma: _____

SOCIO/A GRD ANANDA YOGA

Soy Socio/a – Nombre y Apellidos Socio/a Titular: _____ DNI: _____

No soy Socio/a, ni deseo asociarme

No soy Socio/a, pero deseo asociarme si se forma grupo y se hace la actividad (Cuota anual 20€ por unidad familiar)

CONDICIONES Y FORMA DE PAGO

- La inscripción se formalizará entregando este formulario cumplimentado y firmado en el AMPA o en GRD.ANANDAYOGA@OUTLOOK.ES. La baja en la actividad deberá entregarse o comunicarse antes del día 25 del mes anterior al de su tramitación efectiva.
- El precio indicado de la actividad corresponde a mes o trimestre natural. No se descontará del precio ni se recuperarán los días de vacaciones y festivos según el calendario escolar.
- Los días de no asistencia de los alumnos/as no se descontarán de la cuota mensual o trimestral.
- Los grupos se abrirán con un mínimo de 10 alumnos/as. La asociación se guardará el derecho de abrir o cerrar el grupo, si no se cumplen los mínimos establecidos.
- Opciones de Pago:** 1.- Ingreso o transferencia bancaria (**pago mensual o trimestral**). 2.- Domiciliación bancaria (**sólo pago trimestral**). En ambos casos, entre el 1 y 5 de cada mes. El impago de la cuota producirá la baja en la actividad. (Señalar una opción)

1. **Ingreso o transferencia bancaria:** cuenta del GRD Ananda Yoga en Bankinter: **ES77 0128 0649 3501 0002 9494**

2. **Domiciliación bancaria.** (Completar formulario en caso de elegir esta opción de pago)

SOLO PAGO TRIMESTRAL		Clases / semana		<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
Nº Cuenta Bancaria	IBAN	Entidad	Oficina	DC	Nº Cuenta
Nombre y apellidos del Titular de la cuenta					Firma titular cuenta

El arribista firmante declara conocer y aceptar las normas generales y de funcionamiento del Grupo de Recreación Deportiva Ananda Yoga. Así mismo, declara no padecer enfermedad, lesión o circunstancia conocida que le impida o haga no recomendable la realización de actividades físicas que impliquen esfuerzo, como es la práctica de Yoga, y que ha sido informado por GRD Ananda Yoga sobre la conveniencia de someterse a un reconocimiento médico que descarte la existencia de alguno de estos factores en caso de duda.

En GRD Ananda Yoga tratamos la información que nos facilita con el fin de prestarles el servicio solicitado y realizar su facturación. Los datos proporcionados se conservarán mientras se mantenga la relación comercial o durante el tiempo necesario para cumplir con las obligaciones legales y atender las posibles responsabilidades que pudieran derivar del cumplimiento de la finalidad para la que los datos fueron recabados. Los datos no se cederán a terceros salvo en los casos en que exista una obligación legal. Usted tiene derecho a obtener información sobre si en GRD Ananda Yoga estamos tratando sus datos personales, por lo que puede ejercer sus derechos de acceso, rectificación, supresión y portabilidad de datos y oposición y limitación a su tratamiento ante Grupo de Recreación Deportiva Ananda Yoga, Calle Méjico 9, bajo izq. o en la dirección de correo electrónico grd.anandayoga@outlook.es, adjuntando copia de su DNI o documento equivalente. Asimismo, y especialmente si considera que no ha obtenido satisfacción plena en el ejercicio de sus derechos, podrá presentar una reclamación ante la autoridad nacional de control dirigiéndose a estos efectos a la Agencia Española de Protección de Datos, C/ Jorge Juan, 6 – 28001 Madrid.

Así mismo, solicitamos su autorización para:

- Comunicarnos con usted por medios electrónicos y poder informarle de actividades y servicios nuestros que puedan ser de su interés. SI NO
- La toma de fotografías y/o la grabación en video durante las actividades desarrolladas por el GRD en las que usted participe, así como a su publicación en la página web o redes sociales del GRD y su difusión en medios de comunicación si se considera oportuno. SI NO

Datos del responsable del tratamiento:

Identidad: GRUPO DE RECREACIÓN DEPORTIVA ANANDA YOGA - NIF: G42590695

Dirección postal: CALLE MEJICO 9, BAJO IZQUIERDA

Teléfono: 665485607 - Correo electrónico: grd.anandayoga@outlook.es