

Huisregels BodyworX – Franka van Hoof

Welkom bij BodyworX. Om een veilige, prettige en respectvolle omgeving voor iedereen te waarborgen, vragen wij je onderstaande huisregels na te leven.

1. Deelname & verantwoordelijkheid

- Deelname aan lessen, workshops en andere activiteiten is volledig op **eigen verantwoordelijkheid**.
- Raadpleeg bij twijfel (blessure, zwangerschap, medische klachten) altijd eerst je arts.
- Luister naar je lichaam en respecteer je eigen grenzen.
- Alternatieven worden waar mogelijk aangeboden; voel je vrij om pauze te nemen wanneer nodig.
- Volg de instructies van de docent zorgvuldig.

2. Aansprakelijkheid

- BodyworX – Franka van Hoof is niet aansprakelijk voor blessures ontstaan voor, tijdens of na de les.
- Evenmin is BodyworX aansprakelijk voor verlies, diefstal of beschadiging van persoonlijke eigendommen.
- Schade of vernielingen veroorzaakt door deelnemers kunnen worden verhaald.
- Controleer zelf of je voldoende verzekerd bent voor sportbeoefening.

3. Inschrijven, annuleren & betaling

- Inschrijven, annuleren en aankoop van beurtenkaarten verloopt via de **Momoyoga-app*** (vooraf inschrijven is verplicht). Geef je de voorkeur aan contant betalen? schrijf je dan in via info@frankavanhoof.nl waarna verdere informatie volgt.
- Inschrijven kan tot **0 uur voor aanvang** van de les.
- Annuleren kan tot **6 uur voor aanvang**; bij latere annulering wordt de beurt in rekening gebracht.
- Beurtenkaarten, losse lessen en proeflessen zijn **persoonsgebonden en niet restitueerbaar**.
- Bij langdurige ziekte kan in overleg (met doktersattest) een les worden verschoven.
- Contante betaling is mogelijk na voorafgaand contact per e-mail (gepast, in gesloten envelop).

4. Geldigheid & rooster

- De geldigheid van beurtenkaarten staat vermeld bij de tarieven.
- Bij ziekte van de docent wordt de geldigheid verlengd.
- Bij vakanties, feestdagen, roosterwijzigingen of annulering wegens onvoldoende deelnemers wordt de geldigheid **niet** verlengd.
- BodyworX behoudt zich het recht voor het lesrooster aan te passen of lessen te annuleren.

5. Op tijd & aanwezigheid

- Wees **5–10 minuten voor aanvang** aanwezig.
- Lessen starten stipt; tijdens de les blijft de deur gesloten.
- Blijf bij voorkeur tot het einde van de les om de rust in de groep te bewaren.

6. Kleding, materialen & hygiëne

- Draag schone, comfortabele sportkleding waarin je vrij kunt bewegen.
- Blote voeten of gripsokken zijn aanbevolen; schoenen zijn niet toegestaan op de mat (uitzondering: Core Dynamic Dance).
- Gebruik materialen zorgvuldig en ruim alles na afloop netjes op.
- Een eigen yoga mat heeft de voorkeur i.v.m. hygiëne (indien van toepassing).
- Zorg voor persoonlijke hygiëne, voor jezelf én de ander.

7. Ruimtes & persoonlijke spullen

- Laat jassen en schoenen buiten de zaal.
- Gebruik lockers of neem je spullen mee in de zaal en leg deze netjes aan de zijkant.
- BodyworX is niet verantwoordelijk voor achtergelaten spullen.

8. Gedrag & respect

- Behandel elkaar met respect, vriendelijkheid en geduld.
- Beperk gesprekken tijdens de les om focus en flow te behouden.
- Kauwgom is niet toegestaan tijdens de les.
- Kom met een open, positieve houding – ieder niveau is welkom.

9. Telefoons & overige richtlijnen

- Mobiele telefoons zijn uitgeschakeld en blijven buiten de zaal (tenzij vooraf afgestemd).
- Water drinken bij voorkeur vóór of na de les (uitzonderingen daargelaten).
- Medische vragen of feedback kunnen per e-mail worden gesteld.

Dank je wel voor je medewerking.

Geniet van de lessen en daag jezelf positief uit – zonder je grenzen te overschrijden.

BodyworX – Franka van Hoof