



Algemene Voorwaarden '23

Friestijl

Kies je voor Friestijl dan betekent dat bewust kiezen voor zelf ont-wikkelen.

Tijdens deze innerlijke reis draag je daarvoor zelf de verantwoordelijkheid.

De begeleiding wordt gedaan door een ervaren professional:

Communicatietrainer, NLPcoach, Kundalini Yogadocent, Haptonoom of Cranio Sacraal Therapeut i.o.

– andere woorden voor hetzelfde.

Eigenaarschap

Eigenaarschap vind ik heel belangrijk, dat gaat over: Wat er is (nu) | Wat je ervaart (nu) | Wat je komt halen (vandaag). Dat betekent dat we zo veel als mogelijk in de tegenwoordige tijd met elkaar spreken, dat maakt het éénvoudig om uit de verhalen te blijven. Hoewel, makkelijker gezegd dan gedaan. Maar we doen een poging en het maakt je helemaal verantwoordelijk voor jezelf, je hoeft i.p. met niemand rekening te houden. Je krijgt alle ruimte, alle vrijheid om jezelf te zijn. Terwijl we natuurlijk allemaal begrenst zijn. Dat zijn de kaders.

Het nodigt je uit om

Helemaal jezelf te zijn.

Daar verantwoordelijkheid voor te nemen (je intentie is dus goed).

Als je dat doet zal je een ander niet nodeloos kwetsen want dat kan dan niet.

Op deze manier kan je ook niet gekwetst worden, je kan wel geraakt worden trouwens, een emotie kan opkomen (mag die er zijn?).

Of iets ouds kan naar de oppervlakte komen (mooi, dan kan dat getransformeerd worden, je hoeft er dus niet bang voor te zijn, je onbewuste laat je alleen dat opschonen wat je aankan). En ik zal er op letten dat het veilig blijft.

Aansprakelijkheid

Friestijl kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventueel letsel of schade van welke aard ook, welke direct of indirect in verband kan worden gebracht met deelname aan de coaching of therapie. Friestijl's cliënten kunnen aansprakelijk worden gesteld voor schade die, door henzelf wordt toegebracht aan anderen of aan de locatie en de huisraad. Goed overleg is altijd mogelijk.

Aansprakelijkheid yogalessen

1. Raadpleeg bij gezondheidsklachten altijd een arts. Overleg in geval van gezondheidsklachten met de arts of deelname aan de yogales raadzaam is.
2. Dus, pijn is niet fijn! Respecteer je grenzen en forceer niets. Je bent en blijft zelf verantwoordelijk.
3. Stel mij voor aanvang van de les op de hoogte van eventuele gezondheidsklachten of fysieke bijzonderheden (hoge bloeddruk, menstruatieklachten, spier,- of gewrichtsklachten of eventuele blessures). Mogelijk kan ik individuele aanwijzingen of alternatieven geven die van belang zijn.
4. Onderbreek bij klachten (pijn, kramp, duizeligheid, misselijkheid et cetera) de oefening en desnoods de les en stel mij hiervan direct op de hoogte. Volg aanwijzingen op en vraag wanneer iets niet duidelijk is.
5. Friestijl is niet aansprakelijk voor schade en/of verlies van eigendommen tijdens de yogales, noch voor enig lichamelijk letsel dat voor, tijdens of na een les is ontstaan.
6. Friestijl geeft geen geld terug na gemiste lessen.

Friestijl

KvKnummer: 71299041

BTWnummer: NL001438788B93

Rekeningnummer: IBAN 39 INGB 0007 3534 70

o.g.v. de kleineondernemersregeling heft Friestijl geen omzetbelasting



Praktijkadres: Brugstraat 7a2, 9712 AA Groningen

Website: www.friestijl.nl

Email: info@friestijl.nl

Mobiel: 06-21 81 79 39



Kosten yogalessen '23

Je geeft je op voor een volledige serie op een vast moment in de week.

De hele serie yogalessen wordt aangeboden voor **€144,-** (12 lessen).

Je kunt ook kiezen voor een halve serie voor **€75,-** (6 lessen).

Hele serie staat gelijk aan €12,- per les

Proefles €12,-

Halve serie staat gelijk aan €12,50 per les

Losse les €15,-

Betaling graag vóór dat de lessen starten.

Inschrijven?

Heel simpel, door het aanmeldingsformulier in te vullen op de website (vul je naam en email in en klik op verzenden).

Of stuur een email naar: info@friestijl.nl en je krijgt een betaalverzoek toegestuurd.

Inhalen?

Friestijl geeft geen geld terug na gemiste lessen. De gemiste lessen kun je wel inhalen in dezelfde serie op de volgende manier: stel je mist een Kundalini yogales dan kan je op een ander moment een dubbele les volgen, aansluitend kan je dan de Yin yogales volgen bij Astrid. Andersom geldt hetzelfde, stel je volgt normaal gesproken de Yin yogalessen bij Astrid, dan kan je je gemiste les compenseren door mee te doen in de Kundalini yogales voorafgaand aan de les die je normaal gesproken volgt. Graag even melden dat je komt inhalen.

Covid 19?

Wordt er voor ons bepaald dat we door de Coronamaatregelen geen yogalessen mogen geven, dan gaan we niet over op online lessen, je krijgt dan het resterende bedrag terug.

Individuele begeleiding

Individuele begeleiding kan zowel een coachingssessie zijn, als ook een behandeling met Cranio Sacraal Therapie***. Tijdens de eerste afspraak in de praktijk is een intakegesprek onderdeel van de eerste sessie. Dit gesprek is bedoeld als kennismaking en om in te schatten wat een goede behandelroute is. Indien zowel jij als ik naar aanleiding van dit gesprek besluiten om verder te gaan, spreken we in eerste instantie een 3-tal sessies af. Indien nodig en gewenst zijn er vervolgsessies. Wil je gewoon een relax of release behandeling boeken van een uur, ook dat is mogelijk.

* Het is raadzaam na afloop van een behandeling geen drukke afspraken in te plannen i.v.m. de integratie ervan.

** Lichaamsgerichte therapie is meestal een behandeling met Cranio Sacraal Therapie, eventueel haptonomie of bars.

*** Soms maakt een voetenbad met magnesiumzout of een voetmassage met magnesiumolie onderdeel uit van de behandeling.

Contact

E-mail: info@friestijl.nl

Telefoon: (06) 21 81 79 39

Een whatsapp sturen t.b.v. een (nieuwe) afspraak is ook prima.

Friestijl

KvKnummer: 71299041

BTWnummer: NL001438788B93

Rekeningnummer: IBAN 39 INGB 0007 3534 70

o.g.v. de kleineondernemersregeling heft Friestijl geen omzetbelasting



Praktijkadres: Brugstraat 7a2, 9712 AA Groningen

Website: www.friestijl.nl

Email: info@friestijl.nl

Mobiel: 06-21 81 79 39



Openingstijden

De praktijk is geopend van dinsdag t/m vrijdag. 'S avonds en in het weekend.

Kom je met de auto, je kunt in de buurt parkeren, bijv. bij de Mediamarkt.

Tarieven

Het tarief voor een sessie van 60 minuten bedraagt € 75,-. Mogelijk loopt een sessie wat uit, daar betaal je niks extra's voor. Betaling is na afloop van de sessie, met je persoonlijke betaal-app, een tikkie of contant. Indien dat wenselijk is stuur ik je de factuur per mail

Kan je alleen 's avonds afspreken? dat kan! Na 18:00 uur reken ik een ander tarief, dan betaal je € 125,- per sessie.

Kan je alleen 's weekends afspreken? dat kan! Ook dan reken ik een ander tarief, dan betaal je € 250,- per sessie.

Afmelden

Friestijl afspraken voor individuele begeleiding kun je tot uiterlijk 24 uur van te voren kosteloos afzeggen.

Bij afzeggingen binnen 24 uur of bij niet (tijdig) verschijnen breng ik de gereserveerde tijd in rekening.

Vergoeden

In sommige gevallen krijg je hiervoor een vergoeding bij je verzekeraar (meestal) uit de aanvullende verzekering. Deze informatie is te vinden in je polisvoorwaarden van je verzekering. Voor coaching of een behandeling met Cranio Sacraal Therapie is geen verwijzing van de huisarts nodig.

In het kader van preventie zijn werkgevers in toenemende mate bereid om de kosten van coaching voor hun werknemers te vergoeden. Ze reserveren een scholingspotje of opleidingsbudget voor medewerkers. Ga daarover met elkaar in gesprek. Aandacht voor fysieke en mentale fitheid wordt steeds belangrijker namelijk.

Friestijl

KvKnummer: 71299041

BTWnummer: NL001438788B93

Rekeningnummer: IBAN 39 INGB 0007 3534 70

o.g.v. de kleineondernemersregeling heft Friestijl geen omzetbelasting



Praktijkadres: Brugstraat 7a2, 9712 AA Groningen

Website: www.friestijl.nl

Email: info@friestijl.nl

Mobiel: 06-21 81 79 39