

**【受講日について】**

- ・ 受講は、会員証の○印がついている日時に受講下さい
- ・ 5週目の授業は開講します
- ・ **平日の祝日の授業は休講となります**
- ・ 土日は祝日であっても開講します(合宿などの特別な講座以外)
- ・ 体験日は完全予約制、初回受講日は予約制ですが、それ以降の予約は必要ありません
- ・ 曜日・時間でその月の受講内容が決まっている為、受講可能な場合はできるだけ同じ日時に受講下さい
- ・ 体調不良や用事で休む場合の連絡は不要ですが、2週間以上お休みする場合はご連絡下さい  
(留守電になっている場合はメッセージを入れてください)

**【受講について】**

- ・ 教室への入室は授業開始20分前からです(授業開始後に遅れてきた場合は、玄関でお着替え下さい)
- ・ 受講日は必ず会員証を提出してから更衣室の鍵をお持ち下さい。帰りは必ず鍵を返却して下さい
- ・ 玄関の掲示物(お知らせ)は必ず確認下さい。最新のお知らせには「花」を添えています

**【受講形態について】**

- ・ 毎月支払いコース(月4回受講の場合)  
ヨガ開始日から最大受講期限日28日(4週間)内に受講下さい  
上記期限内の4回目の受講日をもって受講期間が終わります  
上記期限内に4回受講できなかった場合の未受講分は失効となります
- ・ 3ヶ月前納コース(3ヶ月間で12回受講の場合)  
ヨガ開始日から最大受講期限日3ヶ月(5週目を含め丸々3ヶ月)内に受講下さい  
上記期限内の12回目の受講日をもって受講期間が終わります(期限内での月の持越しが可能です)  
上記期限内に12回受講できなかった場合の未受講分は失効となります
- ・ コースはその都度変更が可能です(但し、コース途中での変更は2週目までの回数加算に限ります)

**【入会・休会・退会・再入会について】**

- ・ 入会は月の半ばであっても、何時からでも同じ条件で入会していただけます
- ・ 入会金の期限は丸1年となり、それ以降は1年ごとに更新料3,000円がかかります
- ・ 受講料は毎月きっちり1週も空くことなく納めていただくシステムではないため、更新料は会員の都合で受講が難しい期間の1年間の休会費となります。2～3ヶ月間(最長1年間)未受講であってもその期間の受講料は不要です
- ・ 最終受講日から丸1年間未受講(受講料未納)の場合、退会となります
- ・ 再受講(再入会)される場合は、再入会金3,000円をお支払い下さい
- ・ 会員証を紛失された場合は、再交付料として300円がかかります

**【受講料等の支払いについて】**

- ・ 各コースごとに決められた受講料を最終日までにお支払い下さい
- ・ 最終日にお支払いいただいても、受講日は次回からのカウントになります
- ・ 入会金・受講料・更新料は理由の如何を問わずお返しできません(体験後はクーリングオフ適用外)

**【受講日の延長について】**

- ・ 当方の都合で休講する場合は、その期間の受講期間を延長します。ただし、期間中に平日の祝日が含まれる場合はカウントされません(年末年始・GW・お盆・合宿・電車の運休など)
- ・ ご自身の都合による受講期限の延長依頼は、受講料の割引依頼と同じ事となりますので、たとえ1日であってもお受けできません

## 【休講について】

- ・ 天候や天災・交通事情などによって、やむを得ず休講となる場合があります
- ・ 自然災害が起きた場合、**各クラスとも3時間前**に大阪市東淀川地区に下記の①～③の警報発令、または④の場合は休講となります
  - ① **大雨警報 と 暴風警報が2つ同時に出了た場合（洪水や波浪は除く）**
  - ② **大雨警報 と 雷注意報(警報)が2つ同時に出了た場合**
  - ③ **大雪警報 又は 暴風雪の警報が出了た場合**
  - ④ **阪急京都線の運休（開講 45 分前）**
- ・ 基本は可能な限り開講する方針ですが、上記の時間帯は大丈夫であっても帰りの交通機関に影響を受ける事が懸念される時や、電車の事故などによる不測の事態で教室に向かえない時にはやむを得ず休講となる場合があります。その場合は必ず休講する旨をHP（上新庄教室）に掲載致します。**休講になった場合、曜日限定受講の方にはメール連絡を行います**が、それ以外の方は自由出席制の為、当方からの連絡は出来ませんので、必ずHPで確認下さい。（電話は出られない可能性がありますのでご遠慮下さい）自然災害で休講になった場合は、曜日限定で受講している方のみ期限を延長しますが、それ以外の延長につきましては対応出来ませんのでご了承下さい
- ・ 担当講師が不慮の事故・病気・慶事・弔事・その他の当方の事情で授業に出向けない時は、代講または休講する場合があります

## 【受講に際して】

- ・ 授業の前後の入退室は必ず合掌し「宜しくお願ひします・有難うございました」と唱えましょう
- ・ 携帯電話は、必ず電源を切るか、マナーモードにして、バイブの音も鳴らないように設定して下さい
- ・ 教室・更衣室での飲食・喫煙は出来ません
- ・ 受講の前は必ずトイレを済ませておいて下さい。教室にはトイレが1つしかない為、可能な方は駅のトイレをご利用下さい(リニューアルしたきれいなトイレです)
- ・ ヨガマットは必要ありませんが、バスタオルは必ず持参ください
- ・ 服装は伸縮性のあるもの・落ち着いた色のものを着用し、ガードルなどの身体を締め付けるもの、時計、ネックレス、石のついた指輪、大きなピアスなどは外して下さい
- ・ 冷え性の方は5本指のソックス(滑り止めがしっかりついたもの)を持参して下さい
- ・ **軽い風邪なら受講できますがマスクは必須です** 熱が38度以上、咳がでる場合の受講はできません
- ・ 授業中に咳が出てしまう場合は必ずタオルで口をふさいでください
- ・ 受講する前は、必ず食事を2時間以上空けて下さい。気分が悪くなったり、ヨガの効果が半減します
- ・ 密室で呼吸をたくさん行なうため、前日のにんにく料理や、当日の香水の使用は避けて下さい
- ・ 必ず清潔を保って受講し、特に男性は**汗臭・加齢臭などのケアをお願いします**
- ・ **録音・撮影は厳禁**です。発覚した場合は、機器の没収と2年分の受講料徴収の罰金を課します
- ・ **会員への物品の販売・セールス(試供品等の譲渡含む)、催事への勧誘は固くお断りします**
- ・ 当研究所が適切でないと思えた場合、受講をお断りする場合があります
- ・ 指導はカルテの既往症などに基づいて細心の注意を払い、声掛けを徹底した上で無理な動きはさせないことを前提にしておりますが、完全個人指導ではありませんので、受講により生じた肉体上・精神上のトラブルに関して、高橋ヨガ研究所は一切の責任を負いません
- ・ ヘルニアや坐骨神経痛などのある方はレントゲンを撮って受講していただくことをお勧めしています
- ・ 各自の既往症・健康状態(血圧が160以上等)によっては受講をお断りする場合があります
- ・ 子供(会員)と一緒に受講は可能ですが、子供(非会員)を連れての受講は出来ません
- ・ 受講中に妊娠された方の継続受講は、危険が伴う場合がありますのでお受けできません。速やかにご連絡下さい。継続不可となった場合は、母子手帳の提示をもってそれ以降の継続不可分の返金を行います
- ・ 住所・電話番号などの変更があった場合は、速やかに連絡して下さい
- ・ 講師や受講者の住所・電話番号などの個人情報の問い合わせにはお答えできません

※ 多人数の方が同一の場所と時間を共有します。快適にヨガを長く楽しむことができるよう  
必ず上記の事を守って受講して下さい

【連絡先】高橋ヨガ研究所(高橋まで) 090-5656-5414 (留守の場合は必ずメッセージをお願いします)

HPアドレス <https://taka-yoga.com> E mail [info@taka-yoga.com](mailto:info@taka-yoga.com)