

N. Prot. 189/2024

Campo nell'Elba, 26/11/2024

Spett.le Comune di Campo nell'Elba

OGGETTO: PROPOSTA CORSO DI YOGA PER ADULTI IN BIBLIOTECA

La Coop. Linc come ente gestore della Biblioteca Comunale Balestrini Gentini propone un corso di Yoga per adulti da gennaio 2025 ad aprile/maggio 2025 presso i locali della biblioteca comunale.

Docente:

Maria Rita Saderi formata presso The international Sivananda Yoga Vedanta Centre.

Formazione docente:

Centro Internazionale Sivananda di Yoga Vedanta, Corso di Post- Formazione per insegnanti di Yoga: *Anatomia per lo Yoga. Sequenze di posizioni ed esercizi per anziani, Yoga sulla sedia*. Roma, 2019

The international Sivananda Yoga Vedanta centre, YOGA ACHARYA, Master of yoga, Bracciano, 2019

The international Sivananda Yoga Vedanta centre, YOGA SIROMANI, Teacher of yoga, San Venanzo Umbria, 2009

Luogo di svolgimento, durata, orario:

Si prevede di svolgere le lezioni (max 2 nella stessa giornata), della durata di 1 ora e 30 minuti, il sabato mattina presso il locali della biblioteca comunale, sala principale.

Ipotetico orario prima lezione: ore 9,15 - 10,45

Ipotetico orario seconda lezione: 11,00 - 12,30

Materiali e strumentazione necessari:

La docente provvederà ad attrezzare la stanza con tutti i materiali necessari (es. tappetini).

Le persone iscritte dovranno portare un asciugamano e una borraccia personale.

Lezione di prova

Si prevede di programmare una o più lezioni di prova gratuita dopo la quale si inizieranno a prendere le iscrizioni, affinché la persona che intende iscriversi possa valutare al meglio la fattibilità degli esercizi proposti e ridurre la percentuale di abbandono durante il corso.

Non è obbligatorio partecipare alla lezione di prova per iscriversi, ma è vivamente consigliato. In ogni caso le persone che partecipano alle lezioni di prova avranno la possibilità di iscriversi prima delle altre.

Modalità di iscrizione:

Si prevede un massimo di 6 partecipanti a lezione per massimo di 12 in due lezioni. In caso di eccedenza di iscrizioni verrà redatta una lista di attesa in base alla data di percezione del modulo compilato in tutte le sue parti. Le persone in lista verranno chiamate in caso di abbandono di un partecipante.

Per l'iscrizione sarà necessario compilare il modulo, scaricabile dal sito www.progettolinc.it, in tutte le sue parti e inviarlo alla mail info@progettolinc.it

Modalità di pagamento delle quote:

L'iscrizione al corso è mensile, si salderà la quota del mese corrispondente ad euro 40 e l'iscrizione al mese successivo potrà essere rinnovata di volta in volta. Nel caso si volesse saldare più mesi in anticipo sarà possibile farlo.

Non si garantisce il totale recupero delle lezioni perse per motivi personali degli iscritti. Nel caso di assenza dell'insegnante le lezioni verranno ricalendarizzate e recuperate nella loro totalità.

Non è prevista l'iscrizione a lezioni singole, a meno che la docente non contatti direttamente la persona per riempire un'assenza. In quel caso il costo della lezione andrà saldato nell'importo di euro 10.

Modalità di riscossione delle quote:

La Cooperativa LINC si occuperà della riscossione delle quote e dell'emissione degli scontrini, oltre che del pagamento dell'insegnante e della quota spettante al Comune per l'utilizzo degli spazi in orario di chiusura della biblioteca.

LINC scs
Referente Biblioteca
Comunale Balestrini
Gentini

