



**YOGA-PILATES**  
**COLEGIO SAN AGUSTÍN MADRID**

## YOGA PILATES COLEGIO SAN AGUSTÍN

Ante la nueva situación del Club Deportivo del Colegio San Agustín, de crecimiento y de búsqueda de nuevos retos, os traemos al colegio una nueva actividad deportiva, pero esta vez enfocada para las familias del club, madres, padres, abuelas, abuelos... que son parte importante de nuestro Club.

### ¿Por qué YOGA-PILATES?

Nuestra primera idea es empezar con YOGA, ya que es mas sencillo, y poco a poco ir ofertando otras actividades.

Y porque YOGA, por las siguientes razones:

1. Reducir su presión arterial y su frecuencia cardíaca.
2. Ayudarle a relajarse.
3. Mejorar su confianza en usted mismo.
4. Reducir el estrés.
5. Mejorar su coordinación.
6. Mejorar su concentración.
7. Ayudarle a dormir mejor.
8. Ayudar a la digestión.

Antes la nueva realidad que vivimos creemos que ofertar un deporte que nos ayude en todo esto es beneficioso para el Colegio, Club y sus integrantes.

### ¿Cómo?

Tenemos la gran suerte de contar con una persona altamente cualificada, la cual impartirá las clases de yoga.

Las clases se darán en la sala mirador del pabellón, y el acceso a la misma será por el pabellón. Todo el grupo junto.

El deporte se realizará en clases de un máximo de 10 alumnos, más la profesora.

La duración de la sesión será de 50 minutos.

Para la practica del mismo se dará esterillas asi como bloques.

Todo estará bajo un protocolo de Covid-19.

¿Cuándo?

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>9:40 - 10:30</b>	CLASE 1	CLASE 1	CLASE 1	CLASE 1	CLASE 1
<b>13:00 - 13:50</b>	CLASE 2	CLASE 2	CLASE 2	CLASE 2	CLASE 2

Normas de Funcionamiento Interno

La inscripción en el Club Deportivo implica la aceptación de las normas de funcionamiento interno del Club, quedando las mismas a disposición de los interesados en la página web del colegio (consultar recursos) y en el despacho de deportes.

Política de Cero Papel

Debido a la política de Cero Papel establecida por el Colegio no se entregarán Circulares ni Formularios de Inscripción en papel, siendo los mismos repartidos por medios telemáticos para su posterior impresión y presentación por parte de los interesados.

**P** Salva un árbol. No me imprimas excepto que sea realmente necesario



INSCRIPCIÓN CLASES YOGA COLEGIO SAN AGUSTIN MADRID					
DATOS DEL ALUMNO/ALUMNA					
N.I.F	APELLIDOS			NOMBRE	
FECHA NACIMIENTO		EMAIL			
TELEFONO FIJO	TELEFONO MOVIL		ES PRINCIPIANTE		
BONO SELECCIONADO					
BONO CLASE SEMANAL/MES (4 CLASES)			40.00€		
BONO CLASE DOBLE SEMANAL/MES (8 CLASES)			75.00€		
BONO CLASE TRIPLE SEMANAL/MES (12 CLASES)			100.00€		
BONO SELECCIONADO					
TURNO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
MAÑANA					
MEDIO DIA					
INGRESO EN EL NUMERO DE CUENTA BANCARIA					
ES40 0081 2340 9300 0100 1802					
Firma:					
<p>Entregar en formato digital en la cuenta de correo <a href="mailto:club@csamadrid.org">club@csamadrid.org</a> indicando en asunto nombre del jugador, año nacimiento y deporte elegido, y adjuntando el justificante de pago.</p> <p>De conformidad con la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre Vd., o en su caso, su representante legal queda informado y consiente expresa e inequívocamente la incorporación de sus datos a los ficheros de datos personales y al tratamiento de los mismos con la finalidad de la gestión integral de su relación con el Responsable del Fichero. Así mismo consiente el tratamiento para el envío de las comunicaciones, aún por medios electrónicos. El Responsable de los ficheros es el Club Deportivo San Agustín, con domicilio en Calle Padre Damián nº 18. -28036 Madrid. Igualmente, Vd. consiente el tratamiento de su imagen y/o voz por el Responsable del Fichero a través de grabaciones y/o fotografías con la finalidad de promocionar la actividad del Club Deportivo.</p> <p>Este consentimiento abarca la autorización al Club Deportivo San Agustín para la cesión de sus datos a la entidad bancaria en la que tiene abierta cuenta corriente, así como a las empresas de seguros y otras que estén relacionadas directa o indirectamente con la gestión de su relación con el Club Deportivo San Agustín.</p> <p>En este acto declara que el asistente a las actividades no padece enfermedad o discapacidad física o psíquica por la que no pueda participar normalmente en el desarrollo de las actividades del Club Deportivo San Agustín, renunciando expresamente a exigir responsabilidad alguna por las eventuales lesiones que pudieran derivarse de la práctica ordinaria de la actividad deportiva escogida.</p> <p>En caso de que el asistente a las actividades sea menor de edad, su representante legal autoriza la participación del asistente a las actividades del Club Deportivo San Agustín.</p>					