

# ΣΥΝΤΟΜΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ

Οι αναλυτικοί κανόνες βρίσκονται αναρτημένοι στην αίθουσα διδασκαλίας.  
Προ διευκόλυνσή σας, σας παραθέτουμε σύντομα κάποιους βασικούς κανόνες μας.

## Γενικοί κανόνες

1. Η εγγραφή γίνεται και πληρώνεται μία φορά τον χρόνο, εκτός και αν κάποιος μέλος αποχωρήσει για πάνω από τρεις μήνες. Μετά από αυτό το διάστημα, η εγγραφή θα πρέπει να γίνει και να πληρωθεί ξανά.
2. Τα μέλη του πολιτιστικού πολυχώρου πρέπει να καταβάλλουν την συνδρομή τους κάθε μήνα από την 1<sup>η</sup> έως τις 5 του μηνός.
3. Εάν κάποιο μέλος επιθυμεί να αποχωρήσει, υποχρεούται να ενημερώσει από τον προηγούμενο μήνα. Αλλιώς η συνδρομή του μήνα θα πρέπει να πληρωθεί κανονικά.

## Εγγραφές-Συνδρομές-Πληρωμές

1. Δεν μεταφέρονται μαθήματα στον επόμενο μήνα, ούτε γίνονται δεκτές διακοπές συνδρομών ή επιστροφή χρημάτων.
2. Τα **ομαδικά μαθήματα** που χάνονται από δική σας υπαιτιότητα, δεν αναπληρώνονται και δεν μεταφέρονται σε άλλα ομαδικά μαθήματα ή σε άλλη μέρα ομαδικού μαθήματος ή σε άλλο group ομαδικού μαθήματος ή σε ιδιαίτερο μάθημα. Σεβόμαστε τις ημέρες και ώρες μαθημάτων στις οποίες είναι εγγεγραμμένος ο αθλούμενος.
3. Όλα τα μαθήματα (ομαδικά, μαθήματα με την φορά και ιδιαίτερα) πληρώνονται εκ των προτέρων.
4. Τόσο τα ομαδικά όσο και τα ιδιαίτερα μαθήματα που πραγματοποιούνται διαδικτυακά ακολουθούν τους ίδιους κανόνες.
5. Οι τιμές των διαδικτυακών μαθημάτων και των μαθημάτων στη σχολή δεν διαφέρουν.
6. Για την ακύρωση μαθημάτων (ιδιαίτερα) απαιτείται προειδοποίηση 24 ώρες από την ώρα των μαθημάτων. Σε αντίθετη περίπτωση το μάθημα χρεώνεται και δεν αναπληρώνεται.
7. Από τα **ιδιαίτερα** μαθήματα που χάνονται με δική σας υπαιτιότητα, μπορείτε να αναπληρώσετε μόνο το ένα εντός του ίδιου μήνα, και πάντα σε συνεννόηση με τη διεύθυνση της σχολής. Δεν μεταφέρονται υπόλοιπα στον επόμενο μήνα, ούτε γίνονται δεκτές διακοπές συνδρομών ή επιστροφή χρημάτων. Σε περίπτωση αναπλήρωσης ιδιαίτερου μαθήματος απαιτείται ο μαθητής να στείλει γραπτώς τις ημέρες και ώρες που τον εξυπηρετούν για την αναπλήρωση που να συμβαδίζουν με το πρόγραμμα του καθηγητή.
8. Τα ιδιαίτερα μαθήματα δεν μπορούν να μεταφερθούν σε ομαδικά μαθήματα ούτε και αντίστροφα.
9. Η σχολή παραμένει κλειστή σε αργίες, εορτές και για λόγους πέρα από τον έλεγχό μας και τα μαθήματα αυτά δεν αναπληρώνονται.

## Μαθήματα

### Πριν το μάθημα:

1. Να έχετε πάντα μαζί σας ένα μπουκάλι νερό και τη προσωπική πετσέτα σας κατά την διάρκεια του μαθήματος.
2. Θα πρέπει να έχει μεσολαβήσει χρονικό διάστημα τουλάχιστον 3 ωρών από τη λήψη πλήρους γεύματος και τουλάχιστον 1,5 ώρας από τη λήψη ελαφρού snack.

- Δεν πρέπει να έχει γίνει χρήση αλκοόλ.
3. Τα ρούχα άθλησης καλό είναι να είναι άνετα ώστε να διευκολύνεται ο έλεγχος της κίνησης κατά τον χρόνο εκτέλεσης των ασκήσεων.
  4. Οι μαθητές της Capoeira, ενήλικες ή παιδιά, πρέπει υποχρεωτικά να αθλούνται με την στολή/τα ρούχα της προπόνησης. Εάν δεν έχουν στολή της ομάδας, να φροντίσουν να την προμηθευτούν.
  5. Αφήνετε τα παπούτσια σας στην είσοδο της σχολής κάτω από το κάθισμα, όπου δεν εμποδίζουν το πέρασμα. Στην αίθουσα μπαίνετε είτε με καθαρά παπούτσια χορού είτε με αντιολισθητικές κάλτσες.
  6. Αποφεύγουμε να ερχόμαστε με κοσμήματα και ρολόγια στο μάθημα, γιατί υπάρχει κίνδυνος να τραυματιστούμε ή να τραυματίσουμε τους συμμαθητές μας. Επίσης, να έχετε τα μαλλιά σας πιασμένα επάνω.

#### Κατά τη διάρκεια του μαθήματος:

1. Απαγορεύεται η χρήση κινητού τηλεφώνου μέσα στην αίθουσα στη διάρκεια του μαθήματος.
2. Σε όλους τους χώρους της σχολής, δεν επιτρέπεται το κάπνισμα και η κατανάλωση ποτού ή φαγητού.
3. Σε περίπτωση καθυστέρησης σε ομαδικές τάξεις, παρακαλώ μπειτε αθόρυβα στο μάθημα και συντονιστείτε με τους υπόλοιπους μαθητές χωρίς να τους διακόψετε. Όσον αφορά τα ιδιαίτερα μαθήματα, το μάθημα δεν πραγματοποιείται με καθυστέρηση άνω των 10 λεπτών. Αν καθυστερήσετε να ξεκινήσετε κάποιο μάθημα, σας παρακαλούμε, κάντε μόνοι σας διατάσεις.

#### Τέλος:

1. Οι φωτογραφίες και τα βίντεο που τραβήχτηκαν από την σχολή κατά τη διάρκεια μαθημάτων και εκδηλώσεων, θα χρησιμοποιηθούν μόνο για σκοπούς του Arte Brasileira Atenas.

#### Ειδικότερα για τα παιδιά:

1. Ισχύουν όλα τα παραπάνω: έγκαιρη προσέλευση, κανόνες υγιεινής, ρουχισμός κλπ.
2. Για την καλύτερη διεξαγωγή του μαθήματος, δεν είναι δυνατή η παραμονή των γονέων/κηδεμόνων στον χώρο κατά την διάρκεια του μαθήματος.
3. Επιπλέον: οι γονείς θα πρέπει να ενημερώνουν τον δάσκαλο, σε περίπτωση που το παιδί έχει κάποιο ζήτημα εκείνη τη μέρα (δεν έφαγε σωστά, χτύπησε στο σχολείο κλπ)
4. Γονείς με παιδιά κάτω των 10 ετών, πρέπει να συνοδεύουν τα παιδιά τους στην σχολή και να τα παραλαμβάνουν από τον χώρο υποδοχής μετά το μάθημά τους.