



ПРАВИЛА СТУДИИ YOGAKVETKA

Редакция 1.0 • 26 июня 2026 года

Добро пожаловать в YOGAKVETKA — русскоязычное йога-сообщество, студию йоги и звуковых практик в Вильнюсе и онлайн!

Мы стремимся создавать пространство гармонии, заботы и уважения. Настоящие Правила регулируют порядок посещения занятий, использования пространства студии, абонементов и программы лояльности. Посещая занятия студии, вы подтверждаете согласие с настоящими Правилами.

1. ВРЕМЯ РАБОТЫ СТУДИИ

1.1 Открытие студии

Студия открывается за 10–15 минут до начала занятия и закрывается через 20 минут после его окончания, если далее по расписанию нет следующей практики. Отдельной зоны ожидания у студии нет, поэтому просим приходить ко времени открытия.

1.2 Начало занятий

Все практики начинаются строго по расписанию. Актуальное расписание публикуется в приложении Altegio.me, телеграм-канале студии и на сайте www.yogakvetka.com.

1.3 Продолжительность занятий

Формат	Длительность
Групповая йога	1 ч 15 мин
Звуковые и гонг-медитации	1 ч 30 мин
Детская йога в группе / Йога для беременных в группе	60 мин
Индивидуальные занятия для взрослых / для детей	60 мин / 45 мин

1.4 Отмена занятий по инициативе студии

Если на групповое занятие записалось менее трёх участников, студия вправе отменить его. Уведомление направляется заранее:

Тип занятия	Срок уведомления об отмене
Утренняя практика	до 21:00 предыдущего дня
Вечерняя практика	не менее чем за 2 часа
Специальный ивент	не менее чем за 4 часа



В случае отмены или переноса по инициативе студии абонементы записавшихся участников продлеваются минимум на 2 дня, если это технически возможно и целесообразно для данного типа абонемента.

Если ваше занятие было оплачено или отменено, мы предложим вам перенос записи или возврат оплаты.

1.5 Праздничные дни

Студия работает круглый год. Исключение составляют Новый год, Рождество и Пасха. Расписание на эти периоды публикуется заранее.

Если вашему абонементу требуется «заморозка» на период этих праздников, просим оформить её заблаговременно, обратившись к менеджеру или инструктору

2. Запись на занятия и посещение

2.1 Предварительная запись

Запись обязательна для всех групповых занятий, звуковых практик, ивентов и индивидуальных сессий — независимо от формы оплаты и типа абонемента.

Записаться на занятия можно:

1. через приложение Altegio.me;
2. через кнопку онлайн-записи на сайте;

Важно: при отсутствии записи инструктор вправе не допустить участника на занятие, если в группе нет свободных мест.

2.2 Первая регистрация

При первой записи необходимо указать имя, фамилию и номер телефона. Адрес электронной почты указывается по желанию и используется для уведомлений.

Первую запись может оформить менеджер или инструктор студии. Все последующие записи участник выполняет самостоятельно через сайт или приложение.

2.3 Запись другого человека

Один участник может записать до трёх человек на одно занятие, указав их имя, фамилию и телефон и отметив, что запись выполняется за другого человека.

2.4 Запись по абонементу

Если у вас есть действующий абонемент, запись выполняется через кнопку «Записаться» внутри абонемента в приложении.



Если абонемент не распространяется на выбранную услугу или срок его действия истёк, запись оформляется как разовое посещение.

2.5 Отмена записи участником

Отменить запись без списания занятия можно не позднее чем за 12 часов до начала практики. Это можно сделать самостоятельно в приложении.

Отмена более чем за 12 часов: занятие не списывается.

Если до занятия осталось менее 12 часов, обратитесь к менеджеру студии. При уважительных причинах запись может быть отменена без списания.

Отмена менее чем за 12 часов: занятие списывается, кроме случаев резкого ухудшения самочувствия или иных непредвиденных обстоятельств.

2.6 Перенос записи участником

Перенос записи осуществляется по тем же правилам, что и отмена: самостоятельно — не позднее чем за 12 часов, через менеджера — при более позднем обращении.

2.7 Опоздания

Просим приходить вовремя, чтобы не отвлекать группу.

Если вы опоздали:

1. войдите тихо;
2. не берите телефон в пространство практики или убедитесь, что он в беззвучном режиме.
3. займите ближайший свободный коврик;
4. включайтесь в практику плавно, в более медленном темпе чем группа, чтобы дать телу разогреться для полноценной активности.

2.8 Уведомление об опоздании и смене формата участия

Ситуация	Срок уведомления
Опоздание	не позднее чем за 15 минут
Замена очного участия на онлайн	не менее чем за 30 минут до начала занятия

Уведомления принимаются: звонком или SMS инструктору.

Просим не использовать для срочных сообщений Instagram и мессенджеры, а также сообщать заблаговременно.

Непосредственно перед занятием и во время занятия инструктор не отслеживает сообщения.



3. Практика и безопасность

3.1 Первое посещение

Если вы впервые посещаете студию, рекомендуем прийти на 10–20 минут раньше для знакомства с инструктором, обсуждения опыта практики и состояния здоровья.

3.2 Информация о здоровье

До начала занятия обязательно сообщите инструктору о:

- травмах;
- хронических заболеваниях;
- операциях;
- беременности;
- выраженных психоэмоциональных состояниях.

В отдельных случаях студия вправе запросить рекомендации врача.

3.3 Перед занятием

- Воздержитесь от практики при признаках заболевания или обострении хронического состояния.
- Не принимайте обильную пищу менее чем за 2 часа до занятия.
- Настройтесь на спокойную практику и отдых от повседневной суеты.

3.4 Во время практики

1. Следуйте указаниям инструктора.
2. Не выполняйте сложные элементы самостоятельно без рекомендации преподавателя.
3. Выбирайте уровень нагрузки, соответствующий вашему состоянию.
4. При боли или выраженном дискомфорте немедленно прекратите выполнение упражнения и сообщите инструктору.

3.5 Противопоказания

Практика йоги и звукотерапии противопоказана при:

- острых инфекционных и респираторных заболеваний;
- экстренных и неотложных состояниях;
- острой сердечно-сосудистой недостаточности;
- острых нарушениях мозгового и спинномозгового кровообращения;
- алкогольном или наркотическом опьянении;
- других состояниях, требующих медицинской помощи.



Для беременных:

общие групповые занятия йогой не рекомендуются при первом триместре, угрозе прерывания беременности и отягощённом акушерском анамнезе. Возможно посещение только специализированных занятий для беременных после согласования с врачом.

3.6 Ответственность

Каждый участник самостоятельно несёт ответственность за своё здоровье и самочувствие.

Студия и инструкторы не несут ответственности за последствия в случаях:

- сокрытия информации о состоянии здоровья;
- нарушения техники безопасности;
- самостоятельного выполнения упражнений вопреки указаниям инструктора.

4. Пространство студии

4.1 Гармония общения

В студии принято говорить тихо и спокойно в любом пространстве – в соседней комнате может проходить медитация, которой будет мешать громкий разговор, смех или шум.

Во время занятий просим воздерживаться от посторонних разговоров, сосредоточиться на практике. До занятия и после него вы можете обсудить все интересующие вас вопросы с преподавателем и другими занимающимися.

У нас НЕ приветствуется говорить о делах, вести бизнес-коммуникации с участниками в моменты практики и отдыха, предлагать свои услуги/товары и рекламировать свою деятельность.

4.2 Digital Pause

Просим перевести телефон в беззвучный режим, не смотреть видео со звуком и не разговаривать по телефону в присутствии других участников. Мы также просим по возможности не брать телефоны в зал практики, и категорически против использования телефонов во время практик на коврике.

4.3. Чистота и порядок

У нас принято уважать пространство, не нарушать чистоту и поддерживать порядок, создаваемый для вас и других участников. SEVA-YOGA учит нас самообслуживанию и готовности помочь другим.

4.4 Оборудование

Студия предоставляет коврики, ремни, кирпичи, пледы, подушки и маски.

После занятия оборудование необходимо аккуратно вернуть на место.



Коврики: после использования обработайте коврик антибактериальным средством, дайте ему высохнуть, сверните и уберите на полку.

4.5 Кухня и посуда

Травяной чай, вода и посуда находятся в свободном доступе.

Просим вымыть чашки и стаканы после использования, и убрать на полку для сушки.

Если вы приносите угощения для группы, заберите оставшиеся продукты с собой.

4.5 Одежда, обувь и личные вещи

- Уличную обувь и верхнюю одежду оставляйте в холле.
- Не ходите в уличной обуви в помещении. Мокрую и загрязненную обувь ставьте на специальные поддоны. Используйте тапочки.
- В залы практик входят босиком или в носках.
- Сумки и личные вещи оставляйте в раздевалке. Не загромождайте пространство зала.
- Ценные вещи можно взять с собой в зал, а также воду в бутылке.
- Забытые вещи хранятся 2 месяца, после чего передаются на благотворительность.
- Студия не несёт ответственности за оставленные вещи.

5. Каналы коммуникации

Для оперативной связи используйте официальные каналы студии.

Канал	Назначение
Telegram-группа YOGAKVETKA	Основной информационный канал. Изменения расписания, анонсы, новости, вопросы
Приложение Altegio.me	Запись, абонементы, оплаты, карта клиента
www.yogakvetka.com	Описание студии, расписание, правила
WhatsApp Business +370 696 49283	Вопросы менеджеру студии в рабочее время



6. АБОНЕМЕНТЫ

6.1 Общие положения

- Абонементы являются персональными и не подлежат передаче другим лицам.
- Каждому абонементу присваивается уникальный код в системе YOGAKVETKA Altego.me.
- Йога-абонементы действуют на все групповые занятия йогой у любого инструктора, если иное не указано в описании абонемента.
- Абонементы на отдельные практики (звуковые, тай-чи, йога для беременных, детский абонемент, индивидуальный абонемент) действуют строго в рамках своего описания.

6.2 Срок действия

Срок действия отсчитывается с даты первого посещения по абонементу (активация). Информация о сроке и остатке занятий отображается в приложении. Если у вас нет приложения – уточните свой баланс у инструктора.

6.3 Списание занятий

При отмене менее чем за 12 часов занятие списывается, кроме случаев, указанных в разделе 2.5.

6.4 Пауза абонемента («Заморозка»)

Если условия вашего абонемента предусматривают «заморозку», обратитесь к менеджеру или инструктору студии. Заморозка применяется 1-кратно, и продлевает срок абонемента на соответствующее количество дней.

6.5 Продление действия абонементов студией

Если по инициативе студии отменено два и более занятия подряд, срок действия текущих абонементов может быть продлён на 2–7 дней по решению студии.

7. Карта клиента YOGAKVETKA COMMUNITY CARD

Карта клиента автоматически создаётся после регистрации в приложении Altego.me и первого оплаченного посещения студии.

7.1 Начисление бонусов

За каждые €10, потраченные на практики студии, начисляются бонусные баллы по принципу cashback 5%. Внутреннее название бонусов — «Йога-кветки».

В приложении накопленные баллы отображаются в виде суммы в евро, символизируя эквивалент, однако они не могут быть выданы вам в денежном виде.



7.2 Использование бонусов

Бонусы можно использовать для частичной оплаты услуг и товаров студии:

Услуга	Лимит
Групповые практики йоги и звукотерапии	до €10
Индивидуальные занятия	до 20%, но не более экв €15
Абонементы	На 4 занятия в студии: до 15% стоимости На 8 занятий в студии: до 10% стоимости На 12 занятий в студии: до 5% стоимости На онлайн-абонементы: до 5% стоимости SOUND YOGA 5 практик: до 15% стоимости
Сертификаты на услуги или сумму	До 5-15% стоимости, но не более €15 в эквиваленте

7.3 Исключения применения бонусов

Бонусы не применяются к специальным и акционным абонементам, включая

UNLIM YOGA&SOUND,

I LOVE YOGA,

WELCOME to YOGAKVETKA,

ЙОГА С «О»

Уникальные практики, ивенты, ретриты.

7.4 Срок действия бонусов

Бонусы сгорают через 60 дней с момента начисления, если за это время они не были использованы. Пользователь получает напоминание заранее в приложении.

7.5 Порядок применения бонусов карты клиента

1. Сообщите менеджеру или инструктору о желании использовать бонусы до оплаты.
2. Студия проверит доступный баланс и рассчитает сумму списания.

ВАЖНО: студия вправе изменить или прекратить действие бонусной программы, уведомив участников через официальный телеграм-канал не позднее чем за 3 дня до изменений.

**Спасибо, что помогаете сохранять пространство yogakvetka
уютным, спокойным и безопасным**

Благодарим за выбор йоги – и нашей студии и сообщества!