

Regulamin Centrum Shiatsu

prowadzonego przez:

Terapia Holistyczna & Szkolenia Marta Czepukojć

ul. Leśna 30A/2

81-549 Gdynia

NIP: 9570768613

REGON: 220440059

Centrum Shiatsu jest marką prowadzoną przez firmę Terapia Holistyczna & Szkolenia Marta Czepukojć.

Wstęp

Dziękujemy za zapoznanie się z zasadami obowiązującymi w Centrum Shiatsu.

Celem niniejszego regulaminu jest przygotowanie klienta/klientki do sesji oraz stworzenie bezpiecznej, komfortowej i świadomej przestrzeni do pracy z ciałem.

Centrum Shiatsu oferuje sesje pracy z ciałem, w tym Shiatsu oraz japońskie masaże relaksacyjne, a także coaching dobrostanu i szkolenia indywidualne.

Naszą intencją jest wspieranie dobrostanu, relaksacji, redukcji napięcia i stresu oraz budowania świadomego kontaktu z własnym ciałem.

Znajomość poniższych zasad pozwala lepiej przygotować się do spotkania i wspólnie zadbać o najwyższą jakość sesji.

1. Charakter usług Centrum Shiatsu

Sesje Shiatsu oraz inne formy pracy z ciałem oferowane w Centrum Shiatsu mają charakter wspierający, relaksacyjny oraz ukierunkowany na poprawę dobrostanu.

Praca z ciałem może wspierać:

- głęboką relaksację,
- redukcję napięcia i stresu,
- regenerację,
- świadomy kontakt z ciałem,
- poprawę jakości codziennego funkcjonowania.

Każda osoba może indywidualnie doświadczać efektów sesji. Reakcje organizmu zależą m.in. od aktualnego stanu zdrowia, stylu życia, poziomu napięcia oraz indywidualnych potrzeb klienta/klientki.

Sesje Shiatsu i inne usługi oferowane w Centrum Shiatsu nie są świadczeniami medycznymi i nie zastępują:

- konsultacji lekarskiej,
- diagnozy medycznej,
- leczenia prowadzonego przez lekarza,
- konsultacji psychologicznej lub psychiatrycznej,
- fizjoterapii ani innych specjalistycznych świadczeń z zakresu ochrony zdrowia.

W przypadku występowania objawów wymagających konsultacji specjalistycznej rekomendowane jest skorzystanie również z odpowiedniej opieki medycznej.

2. Przygotowanie do sesji holistycznej pracy z ciałem, w tym sesji Shiatsu i japońskiego masażu relaksacyjnego

2.1. Przygotowanie przed sesją

1. Na około 1,5 godziny przed spotkaniem prosimy nie spożywać posiłku ani nie wypijać większej ilości wody.

Dozwolone jest:

- wypicie do pół szklanki wody w czasie 1 godziny przed spotkaniem,
 - wypicie kilku łyków wody bezpośrednio przed sesją.
2. Prosimy o zabranie ze sobą ubrania na zmianę.

Rekomendujemy:

- długie spodnie typu dresy, getry lub legginsy,
- lekki, długi rękaw.

UWAGA: prosimy o zabranie skarpetek na zmianę.

3. W przypadku sesji Shiatsu Twarzy i Głowy prosimy o zabranie:

- bluzki z dekoltem lub sportowego stanika umożliwiającego pracę w obszarze dekoltu.

Podczas tej usługi używany jest olej na twarz i dekolty.

Jeżeli klient/klientka stosuje makijaż, prosimy o zabranie własnych kosmetyków.

3. Informacje dotyczące bezpieczeństwa sesji i odpowiedzialności klienta/klientki

3.1. Przed rozpoczęciem pierwszej sesji klient/klientka zobowiązuje się przekazać informacje dotyczące swojego aktualnego stanu zdrowia, przebytych chorób, urazów, zabiegów oraz innych okoliczności, które mogą mieć znaczenie dla bezpieczeństwa realizowanej sesji.

3.2. Klient/klientka potwierdza, że przekazane informacje są zgodne ze stanem faktycznym.

3.3. W przypadku zmiany stanu zdrowia, pojawienia się nowych objawów, urazu, zabiegu lub rozpoczęcia leczenia klient/klientka zobowiązuje się poinformować o tym przed kolejną sesją.

3.4. W trakcie sesji klient/klientka może zgłosić:

- dyskomfort,
- potrzebę zmiany intensywności pracy,
- potrzebę przerwania sesji.

Celem sesji jest stworzenie bezpiecznej i komfortowej przestrzeni, dlatego komunikacja podczas spotkania jest ważnym elementem współpracy.

4. Zasady rezerwacji sesji, anulowania wizyt, płatności, karnetów oraz voucherów

4.1. Rezerwacja i punktualność

1. Prosimy o przybycie do Centrum Shiatsu około **5 minut przed rozpoczęciem sesji**, aby spotkanie mogło rozpocząć się punktualnie.
2. Sesja realizowana jest zgodnie z czasem zarezerwowanej wizyty.
3. W przypadku spóźnienia klienta/klientki czas sesji nie zostaje automatycznie wydłużony, a opłata za realizację usługi wynosi **100% wartości usługi**.

4.2. Anulowanie lub zmiana terminu sesji

1. W przypadku rezygnacji z sesji prosimy o anulowanie wizyty z minimum **24-godzinny wyprzedzeniem**.
2. W sytuacji odwołania zarezerwowanej sesji w czasie **24 godzin przed sesją lub krótszym niż 24 godziny**, pobierana jest opłata w wysokości **75% wartości niezrealizowanej usługi**.
3. Jeżeli opłata nie została pobrana wcześniej podczas płatności online, zostanie pobrana:
 - podczas kolejnej wizyty,
 - lub

- w formie płatności online,

nie później niż w ciągu **4 tygodni od terminu sesji**, na którą klient/klientka nie przyszedł/nie przyszła.

4.3. Karnety na cykl sesji Shiatsu oraz japońskich masaży relaksacyjnych

1. Karnet zakupiony na cykl spotkań nie podlega zwrotowi, jeżeli przyczyna braku realizacji leży po stronie klienta/klientki.
2. Terminy realizacji karnetów:
 - **Karnet na 6 spotkań** – termin realizacji: 4 miesiące od dnia zakupu.
 - **Karnet na 8 spotkań** – termin realizacji: 5 miesięcy od dnia zakupu.
3. Niewykorzystanie karnetu w określonym terminie realizacji, z przyczyn leżących po stronie klienta/klientki, oznacza wygaśnięcie możliwości wykorzystania pozostałych sesji, chyba że Centrum Shiatsu ustali inaczej indywidualnie.

4.4. Vouchery podarunkowe

1. Vouchery podarunkowe na usługi oferowane w Centrum Shiatsu są ważne przez okres wskazany na voucherze, liczony od dnia zakupu.
2. Voucher może zostać wykorzystany wyłącznie na usługę lub pakiet usług wskazany na voucherze.
3. W celu realizacji vouchera prosimy o wcześniejszą rezerwację terminu sesji zgodnie z zasadami obowiązującymi w Centrum Shiatsu.
4. Voucher nie podlega wymianie na gotówkę ani zwrotowi, z wyjątkiem sytuacji przewidzianych obowiązującymi przepisami prawa.
5. Jeżeli wartość wybranej usługi przekracza wartość vouchera, różnica może zostać dopłacona zgodnie z aktualnym cennikiem Centrum Shiatsu.
6. W przypadku niewykorzystania vouchera w terminie jego ważności możliwość realizacji usługi wygasa, chyba że Centrum Shiatsu ustali inaczej indywidualnie z osobą posiadającą voucher.

5. Zasady korzystania z sesji

1. Z usług Centrum Shiatsu mogą korzystać osoby pełnoletnie.
2. Osoba niepełnoletnia może skorzystać z sesji za pisemną zgodą rodziców lub prawnych opiekunów.

Formularz zgody przekazywany jest do podpisania przed realizacją sesji na miejscu.

3. Dzieci w wieku **5–14 lat** mogą otrzymać sesję przy obecności rodzica lub prawnego opiekuna.
4. Przed wejściem na sesję prosimy o wyciszenie telefonu komórkowego.
5. Osoby znajdujące się pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających nie będą mogły skorzystać z sesji.

W takiej sytuacji opłata za usługę zostanie pobrana w pełnej wysokości (**100% wartości usługi**).

6. Zasady higieny i bezpieczeństwa

1. W trosce o bezpieczeństwo klienta/klientki oraz osoby wykonującej sesję prosimy o niekorzystanie z wizyty w przypadku występowania:
 - ostrych infekcji,
 - chorób zakaźnych,
 - gorączki,
 - objawów mogących wskazywać na stan wymagający pozostania w domu.
 2. W przypadku pogorszenia stanu zdrowia lub pojawienia się okoliczności mogących mieć wpływ na bezpieczeństwo sesji prosimy o kontakt przed wizytą.
-

7. Efekty sesji

1. Sesje Shiatsu i praca z ciałem mogą wspierać dobrostan, relaksację, redukcję napięcia i stresu oraz świadomy kontakt z ciałem.
 2. Efekty sesji są indywidualne i zależą od wielu czynników, w tym aktualnego stanu organizmu, stylu życia oraz regularności dbania o własny dobrostan.
 3. Centrum Shiatsu nie gwarantuje uzyskania określonych rezultatów, ponieważ reakcja na sesję jest indywidualnym doświadczeniem każdej osoby.
-

8. Przeciwwskazania do realizacji sesji pracy z ciałem, w tym sesji Shiatsu oraz japońskiego masażu relaksacyjnego

Bezpieczeństwo klienta/klientki jest dla Centrum Shiatsu najważniejsze. Przed rozpoczęciem sesji prosimy o przekazanie informacji dotyczących aktualnego stanu zdrowia oraz wszelkich okoliczności, które mogą mieć znaczenie dla bezpieczeństwa wykonywanej pracy.

W przypadku występowania przeciwwskazań sesja może nie zostać zrealizowana lub może zostać przełożona na inny termin.

8.1. Przeciwwskazania bezwzględne

Do przeciwwskazań bezwzględnych należą:

- nowotwory (minimum 5 lat bez nawrotu),
- ciąża (pierwszy trymestr ciąży jest przeciwwskazaniem bezwzględnym),
- stany zapalne, gorączka, przeziębienie, choroby zakaźne, ostre infekcje,
- zakaźne choroby lub infekcje skóry, opryszczka,
- krwawienia, krwotoki,
- reumatoidalne zapalenie stawów (RZS) w okresie zaostrzenia,
- zeszytniające zapalenie stawów kręgosłupa (ZZSK) w okresie zaostrzenia,
- zaawansowana osteoporoza,
- ciężkie choroby serca,
- wszczepiony rozrusznik serca,
- migotanie komór lub przedsionków,
- niestabilna arytmia,
- choroby krążenia,
- choroby i zapalenia żył,
- tętniaki (np. mózgu, aorty, tętnic trzewnych),
- zawał serca,
- ostra faza niedokrwienia po zawale,
- udar (okres kilku tygodni po zdarzeniu),
- zaburzenia krzepliwości, w tym:
 - aktywna zakrzepica żył głębokich,
 - okres po epizodzie zatorowości płucnej,
 - skazy krwotoczne,
 - intensywne leczenie przeciwwzakrzepowe,
 - daleko posunięta miażdżycza,
- poważnie przebiegająca cukrzyca,
- wysokie ciśnienie bez kontroli lekarskiej i farmakologicznej,

- ostry stan kliniczny, np. przetom ciśnieniowy,
- epilepsja podczas lub bezpośrednio po napadzie,
- okres krótszy niż 3 miesiące po zabiegu chirurgicznym,
- porażenie nerwu w trakcie ostrego stanu zapalnego,
- poważne zaburzenia psychiczne bez współpracy z lekarzem psychiatrą,
- znajdowanie się pod wpływem narkotyków lub alkoholu.

8.2. Przeciwwskazania względne

W przypadku poniższych sytuacji decyzja dotycząca realizacji sesji podejmowana jest po wcześniejszej rozmowie telefonicznej:

tel. 0048 502 582 576

Przeciwwskazania względne:

- obecne złamania, skręcenia, zwichnięcia stawów,
- zerwania więzadeł, mięśni lub ścięgien,
- zaawansowane żylaki,
- choroby serca i układu krążenia,
- choroby układu oddechowego bez kontroli lekarskiej i farmakologicznej,
- umiarkowana osteoporoza,
- wrzody,
- tętniaki w dłuższym okresie po leczeniu zabiegowym,
- neuropatia cukrzycowa,
- skrajne, dłużej trwające wyczerpanie i/lub silne zaostrzenia objawów fibromialgii.

9. Coaching dobrostanu oraz szkolenia indywidualne z zakresu dobrostanu

9.1. Charakter coachingu dobrostanu

Coaching dobrostanu w Centrum Shiatsu jest procesem wspierającym:

- rozwój osobisty,
- samoświadomość,
- budowanie zasobów,
- refleksję nad potrzebami,

- poprawę jakości życia i codziennego funkcjonowania.

Coaching dobrostanu nie zastępuje psychoterapii, konsultacji psychologicznej, psychiatrycznej ani pomocy medycznej.

9.2. Przygotowanie do sesji coachingu dobrostanu

1. W celu przygotowania się do spotkania prosimy o zastanowienie się nad:
 - intencją spotkania,
 - celami,
 - problemem lub obszarem, nad którym klient/klientka chce pracować,
 - aktualnymi potrzebami.
2. Jeśli spotkanie odbywa się online, prosimy o zadbanie o:
 - intymność przestrzeni,
 - możliwość spokojnej rozmowy,
 - zestaw słuchawkowy.

9.3. Zasady rezerwacji, anulowania spotkań oraz reklamacji – Centrum Shiatsu i spotkania online

1. W sytuacji odwołania spotkania przez klienta/klientkę na **24 godziny lub mniej przed terminem**, pobierana jest opłata w wysokości **75% wartości spotkania**.
2. W sytuacji odwołania spotkania przez klienta/klientkę wcześniej niż 24 godziny przed terminem, wspólnie poszukiwany jest nowy możliwy termin realizacji sesji.
3. W ramach kwartału współpracy klient/klientka może zrezygnować nieodpłatnie z jednej sesji odwołanej na 24 godziny lub mniej przed terminem spotkania.

Pozostałe odwołania dokonane na 24 godziny lub mniej przed spotkaniem zobowiązują do opłacenia sesji w wysokości 75%.

4. Zasady reklamacji znajdują się w oddzielnym załączniku:
„Reklamacje i zasady zwrotu”

10. Reklamacje i zasady zwrotu

1. Centrum Shiatsu dokłada wszelkich starań, aby każda sesja oraz każda usługa realizowana była z najwyższą starannością, uważnością i zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.

2. W przypadku uwag dotyczących realizacji usługi klient/klientka może złożyć reklamację zgodnie z zasadami opisanymi w oddzielnym dokumencie:

„Reklamacje i zasady zwrotu”

3. Szczegółowe zasady składania reklamacji oraz informacje dotyczące zwrotów znajdują się w załączniku:

Link do dokumentu:

Reklamacje i zasady zwrotu

<http://bit.ly/47B5JWI>

11. Ochrona danych osobowych (RODO)

1. Dane osobowe przekazywane przez klienta/klientkę w związku z korzystaniem z usług Centrum Shiatsu są przetwarzane zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa Unii Europejskiej oraz prawa polskiego, w szczególności zgodnie z przepisami dotyczącymi ochrony danych osobowych.
2. Centrum Shiatsu dokłada wszelkich starań, aby dane osobowe oraz informacje przekazane w związku z realizacją sesji były odpowiednio zabezpieczone i przetwarzane z zachowaniem zasad poufności.
3. Szczegółowe informacje dotyczące:
 - zakresu przetwarzanych danych,
 - celu i podstaw przetwarzania,
 - praw klienta/klientki,
 - sposobu zabezpieczenia danych,

znajdują się w [Polityce Prywatności Centrum Shiatsu](#).

12. Oświadczenie klienta/klientki

Korzystając z usług Centrum Shiatsu, klient/klientka potwierdza, że:

1. Zapoznał/a się z regulaminem Centrum Shiatsu i akceptuje zasady w nim zawarte.
2. Rozumie charakter oferowanych usług oraz potwierdza, że sesje Shiatsu i praca z ciałem mają charakter wspierający dobrostan, relaksacyjny i rozwojowy.
3. Przyjmuje do wiadomości, że sesje Shiatsu nie zastępują konsultacji, diagnozy ani leczenia prowadzonego przez lekarza, psychologa, psychiatrę, fizjoterapeutę ani innych specjalistów ochrony zdrowia.

4. Zobowiązuje się przekazać informacje dotyczące swojego stanu zdrowia, które mogą mieć znaczenie dla bezpieczeństwa realizowanej sesji.
 5. Rozumie, że efekty sesji są indywidualne i zależą od wielu czynników związanych z aktualnym stanem organizmu oraz stylem życia.
-

13. Dane kontaktowe i lokalizacja Centrum Shiatsu

Centrum Shiatsu

marka prowadzona przez:

Terapia Holistyczna & Szkolenia Marta Czepukojć

ul. Leśna 30A/2

81-549 Gdynia

NIP: 9570768613

REGON: 220440059

Miejsce realizacji sesji:

Centrum Shiatsu

ul. Bytomska 40, I piętro

Centrum Zdrowia

Gdynia Orłowo

14. Postanowienia końcowe

1. Regulamin obowiązuje wszystkie osoby korzystające z usług Centrum Shiatsu.
 2. Centrum Shiatsu zastrzega sobie możliwość aktualizacji regulaminu, jeżeli będzie to wynikało ze zmian organizacyjnych, prawnych lub rozwoju oferowanych usług.
 3. Aktualna wersja regulaminu jest dostępna dla klientów/klientek przed rozpoczęciem korzystania z usług.
-

Dziękujemy za zaufanie i wybór Centrum Shiatsu. Dbamy o to, aby każda sesja odbywała się w atmosferze uważności, bezpieczeństwa i szacunku dla indywidualnych potrzeb każdej osoby.