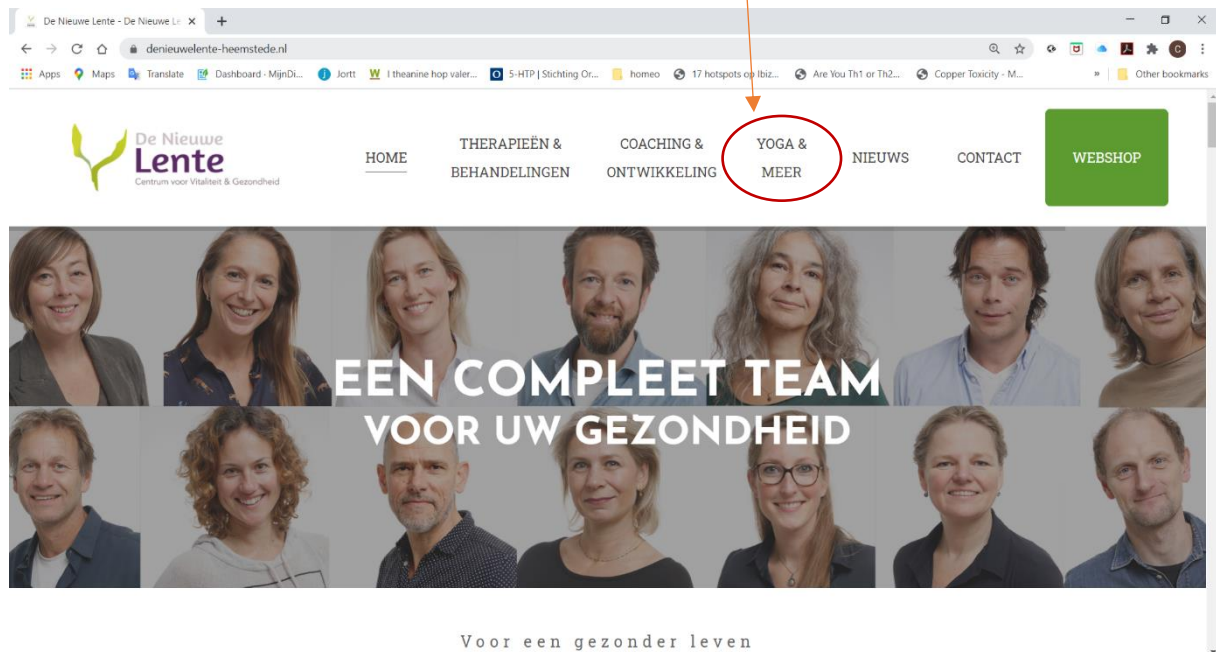


Handleiding Online Inschrijven en Les Boeken via de computer of laptop bij Studio De Nieuwe Lente

Stap 1 Ga naar de website:

www.denieuwelente-heemstede.nl

Via het menu Yoga & Meer komt u bij Studio De Nieuwe Lente.



Stap 2

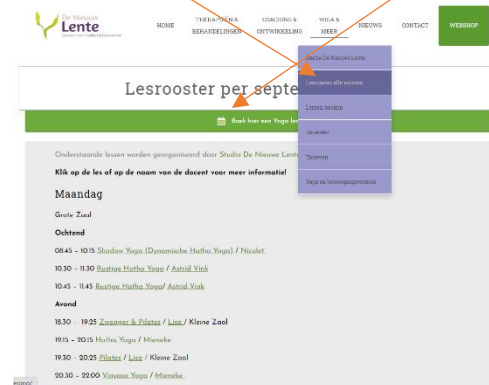
Ga via het dropdown menu naar de pagina Lessen boeken of klik op Yoga & Meer



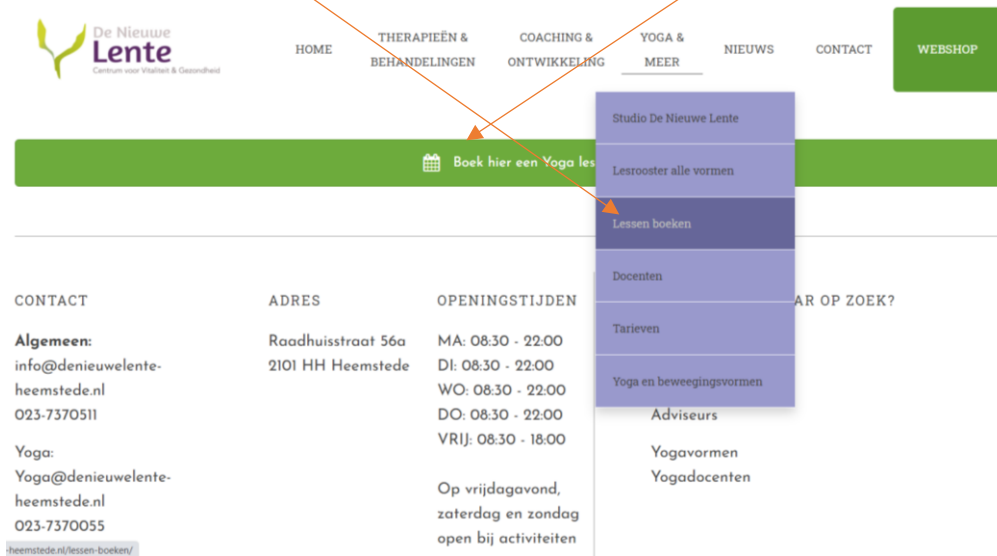
Wanneer u op Yoga & Meer klikt ziet u op deze pagina de optie om een les te boeken. Wanneer u naar beneden scrolt vindt u daar ook de tarieven, het lesrooster en informatie over de lessen en docenten.



Ook wanneer u vanuit het menu lesrooster alle vormen kiest, ziet u bovenaan de optie om een les te boeken



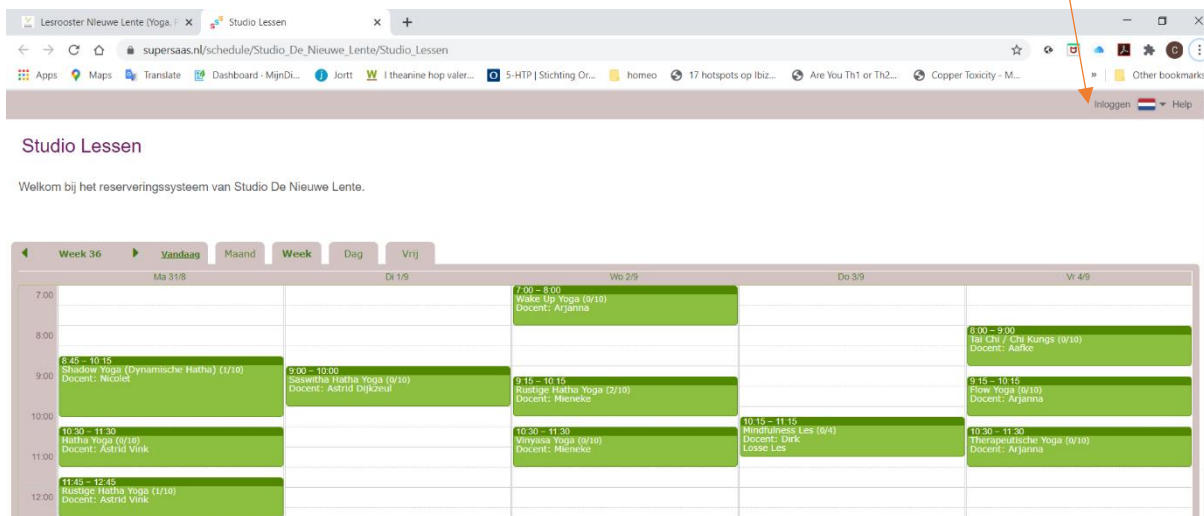
Of ga direct naar Lessen Boeken en klik daar op de groene balk.



Er opent zich een nieuwe pagina naar de online boekingsagenda:

www.supersaas.nl/schedule/Studio_De_Nieuwe_Lente/Studio_lessen

Klik hier rechtsboven op **inloggen**.
Ook wanneer u dit voor de eerste
keer doet. U kunt dan een login
aanmaken als u deze nog niet heeft
ontvangen van ons



Vul hier uw e-mailadres in en het
wachtwoord dat u van ons gekregen hebt

Of maak een nieuwe gebruiker aan
door op deze link te klikken.

Studio Lessen

Gebruiker Log In

E-mail:

Wachtwoord:

☒ Blijf ingelogd op deze computer
☐ Onthoud e-mailadres
☐ Niets bewaren op deze computer

Log In

[Nieuwe gebruiker aanmaken](#)

[Wachtwoord kwijt?](#)



De Nieuwe
Lente

Centrum voor Vitaliteit & Gezondheid

Nieuwe gebruiker voor account Studio De Nieuwe Lente

Vul uw gegevens in

E-mail *	yoga.deelnemer@ziggo.nl
Uw e-mailadres is de loginnaam	
Wachtwoord *	*****
Naam	Yoga Deelnemer
Mobiel	0612345678

* = Verplicht veld

Er wordt een bevestiging naar het opgegeven e-mailadres gestuurd

Registreren

Vul uw e-mailadres in, dit is voortaan ook uw gebruikersnaam en maak een wachtwoord aan.

Vergeet niet om ook uw voornaam en achternaam en een telefoonnummer in te vullen.

Klik vervolgens op Registreren

Dit brengt u naar de volgende stap waar u zich kunt inschrijven en kunt aangeven naar welke les(sen) uw voorkeur uitgaat en waar u nog meer interesse in heeft.

En voor welke abonnementsvorm u kiest.

inschrijfformulier Lessen

Voornaam *	
Achternaam *	
Adres: Straat en huisnummer *	
Postcode en Woonplaats *	
E-mailadres *	
Telefoonnummer (huis of mobiel) *	
Geboortedatum	
Geslacht	☐ Man ☐ Vrouw
Fysieke klachten of beperkingen	
Ervaring met yoga	

Zijn er blessures, klachten of beperkingen waar de yogadocent rekening mee moet houden?

Onderaan de pagina dient u nog akkoord te gaan met de algemene voorwaarden en dat u op de hoogte bent van de corona richtlijnen van het RIVM en dat u bereid bent zich daar aan te houden.

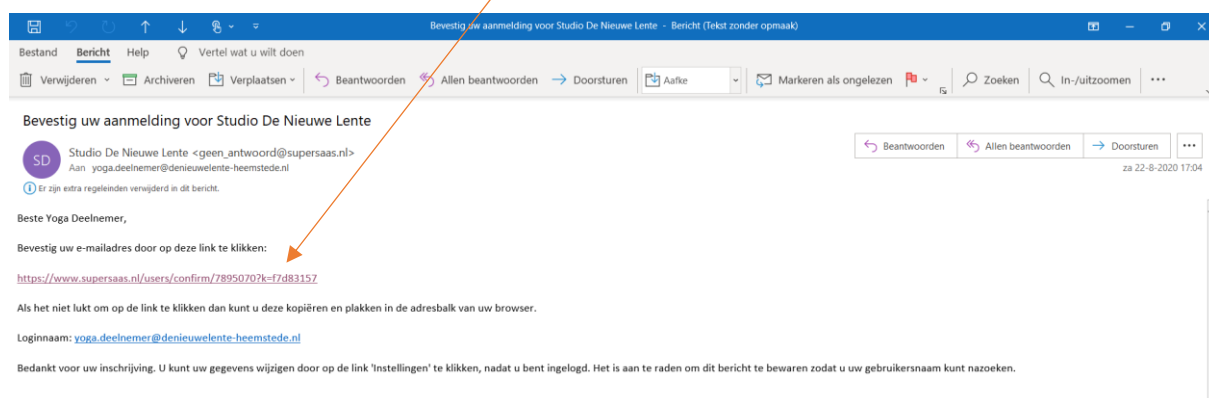
Overige Interesses	
Ook interesse in:	☐ Hatha Yoga ☐ Shadow Yoga ☐ Vinyasa Yoga ☐ Yin Yoga ☐ Flow Yoga ☐ Du-In Yoga ☐ Yoga Nidra ☐ Dru Yoga ☐ Critical Alignment ☐ Therapeutische (medische) yoga ☐ Mindfulness ☐ Workshops ☐ Introductie workshop Yoga
Voorwaarden	
Corona beleid RIVM richtlijnen *	☒ Ik ben op de hoogte van het Corona beleid van het RIVM en zal mij aan de richtlijnen van het RIVM houden
Algemene Voorwaarden *	☒ Ik ben akkoord met de algemene voorwaarden zie hieronder
Algemene Voorwaarden Studio De Nieuwe Lente	
Artikel 1 De overeenkomst	
1.1) De overeenkomst komt tot stand door het afgeven van het inschrijfformulier aan Studio De Nieuwe Lente.	
1.2) Deelnemer aan de lessen gaat volledig op eigen risico van de deelnemer.	
1.3) Elke cursist is verplicht lichamelijke klachten voorafgaand aan de les te melden aan de docent. Deelneming is alleen mogelijk als uw gezondheid.	
1.4) Deelnemer aan één van de lessen betekent akkoord gaan met deze Algemene Voorwaarden.	
Artikel 2 Rutalinen	

Voorkeur voor de volgende les(sen)	
Maandag	☐ 09.00 Shadow Yoga (Dynamische Hatha Yoga) - Nicolet Montanus ☐ 10.30 Rustige Hatha Yoga - Astrid Vink ☐ 11.45 Rustige Hatha Yoga - Astrid Vink ☐ 19.15 Hatha Yin Yoga - Mienke Zijlman ☐ 20.30 Flow Yoga - Mienke Zijlman
Dinsdag	☐ 09.00 Saswita Hatha Yoga - Astrid Dijkzeul ☐ 10.15 Yoga Nidra - Astrid Dijkzeul (gedurende de dinsdag vd maand) ☐ 18.00 Mindfulness les (losse lessen) - Dirk Hazelhoff ☐ 19.00 Hatha Yoga - Astrid Dijkzeul ☐ 20.15 Intensive Hatha Yoga - Astrid Dijkzeul
Woensdag	☐ 07.00 Wake Up Yoga - Arjanna Slooff ☐ 09.15 Rustige Hatha Yoga - Mienke Zijlman ☐ 10.30 Vinyasa Yoga - Mienke Zijlman ☐ 19.00 Shadow Yoga - Nicolet Montanus ☐ 19.30 Hatha Strong - Aafke van Sprundel ☐ 19.30 Online Hatha Strong - Aafke van Sprundel ☐ 20.45 (Leren) Mediteren - Aafke van Sprundel
Donderdag	☐ 10.15 Mindfulness les (losse lessen) - Dirk Hazelhoff ☐ 18.00 Flow Yoga - Arjanna Slooff / Aafke van Sprundel ☐ 19.15 Yin Yang Yoga - Arjanna Slooff / Aafke van Sprundel ☐ 20.30 Flow Yoga - Mienke Zijlman
Vrijdag	☐ 08.00 Tai Chi / Chi Kung - Aafke van Sprundel ☐ 09.05 Flow Yoga - Arjanna Slooff ☐ 10.30 Yoga therapie - Arjanna Slooff
Abonnementen	
Abonnement *	☐ Proefles 10 euro ☐ Tienritenkaart 125 euro ☐ Losse Les 15 euro ☐ Shadow Yoga - blok 14 lessen 330 euro ☐ 2 x per week (op aanvraag) ☐ 3 x per week (op aanvraag)

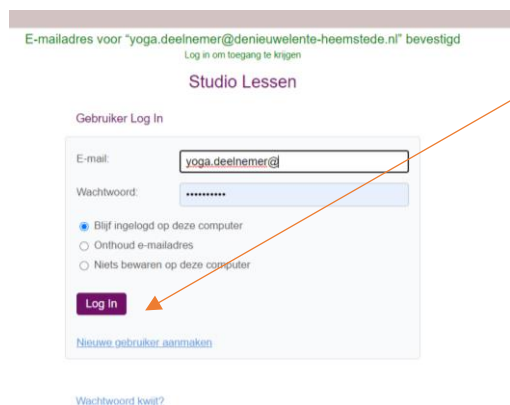
De bevestiging van de inschrijving wordt naar uw e-mailadres gestuurd met een bevestigingslink in de e-mail



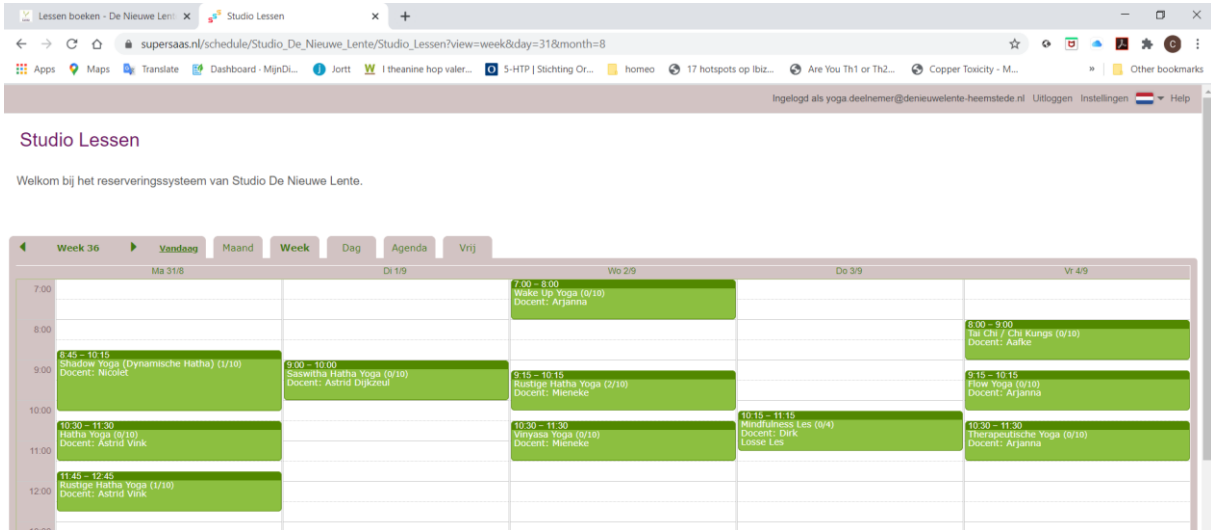
Deze ziet er als volgt uit. Klik op de bevestigingslink



Er opent zich een nieuwe pagina met de bevestiging. U kunt nu inloggen!



U bent nu ingelogd en u kunt nu een les boeken en kredietpunten kopen.



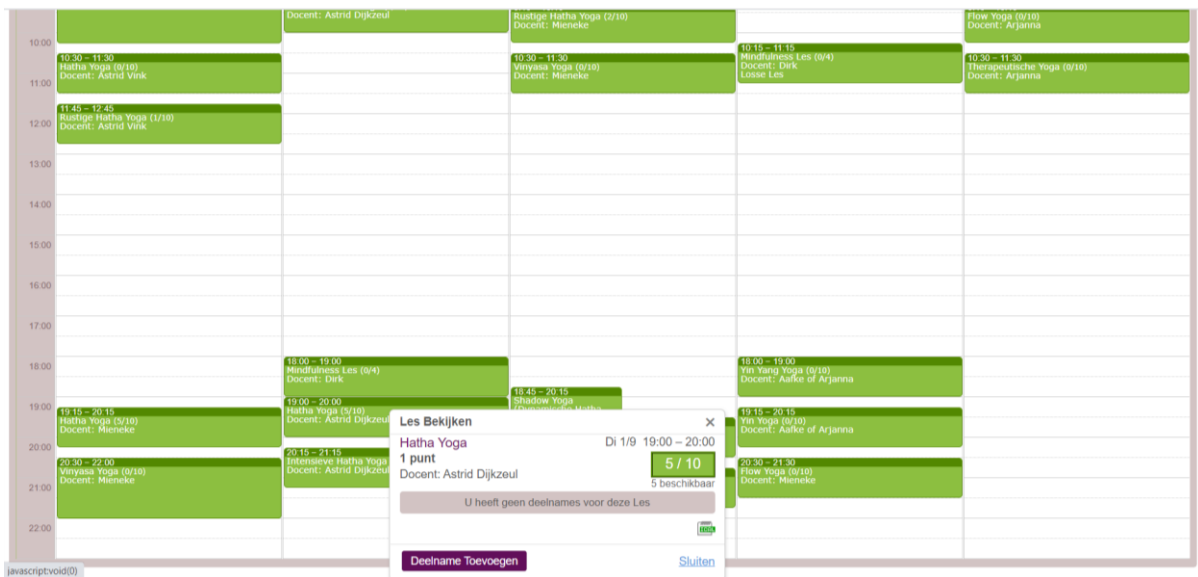
Studio Lessen

Welkom bij het reserveringssysteem van Studio De Nieuwe Lente.

Week 36 | Vandaag | Maand | Week | Dag | Agenda | Vrij

	Ma 31/8	Di 1/9	Wo 2/9	Do 3/9	Vr 4/9
7:00			7:00 – 8:00 Waaike LSP Yoga (0/10) Docent: Arjanna		
8:00					8:00 – 9:00 Tai Chi / Chi Kongs (0/10) Docent: Aafke
8:45 – 10:15	Shadow Yoga (Dynamische Hatha) (1/10) Docent: Nicodé	9:00 – 10:00 Sloewatha Hatha Yoga (0/10) Docent: Astrid Dijkzeul	9:15 – 10:15 Rustige Hatha Yoga (2/10) Docent: Mienke		9:15 – 10:15 Flow Yoga (0/10) Docent: Arjanna
10:30 – 11:30	Hatha Yoga (0/10) Docent: Astrid Vink		10:30 – 11:30 Vinyasa Yoga (0/10) Docent: Mienke	10:15 – 11:15 Mindfulness Les (0/4) Docent: Dirk Loose Les	10:30 – 11:30 Therapeutische Yoga (0/10) Docent: Arjanna
11:45 – 12:45	Rustige Hatha Yoga (1/10) Docent: Astrid Vink				

Kies de les waaraan u wilt deelnemen. U kunt nu uw eigen deelname toevoegen.



Les Bekijken

Hatha Yoga
1 punt
Docent: Astrid Dijkzeul

Di 1/9 19:00 – 20:00

5 / 10
5 beschikbaar

U heeft geen deelnames voor deze Les

Deelname Toevoegen



Les Bekijken

Hatha Yoga
1 punt
Docent: Astrid Dijkzeul

Di 1/9 19:00 – 20:00

5 / 10
5 beschikbaar

U heeft geen deelnames voor deze Les

Deelname Toevoegen

U ziet nu dat er al 5 mensen hebben ingeschreven voor deze les
In verband met de privacy wetgeving kunt u niet zien wie zich nog meer hebben ingeschreven.



De Nieuwe
Lente

Centrum voor Vitaliteit & Gezondheid

Wanneer u op Deelname Toevoegen hebt geklikt ziet u uw naam en telefoonnummer, u ziet hier nu ook in het blauw de tekst.

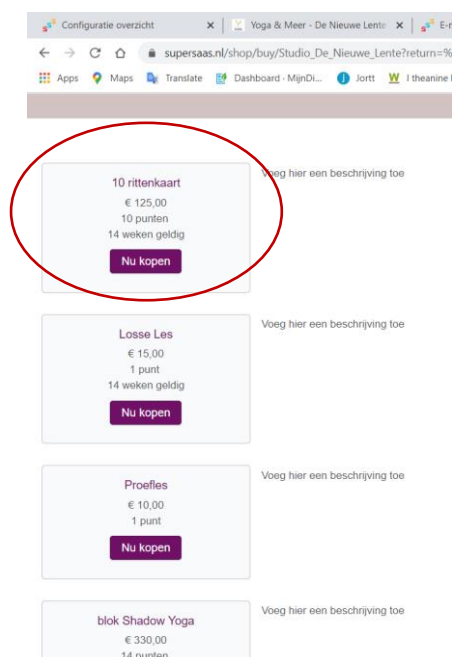
Koop kredietpunten om een deelname te kunnen maken.

Dit ziet u de eerste keer wanneer u zich opgeeft of wanneer het krediet van uw tienrittenkaart op is.

U wordt naar de pagina geleid waar u uw abonnement kunt aanschaffen.

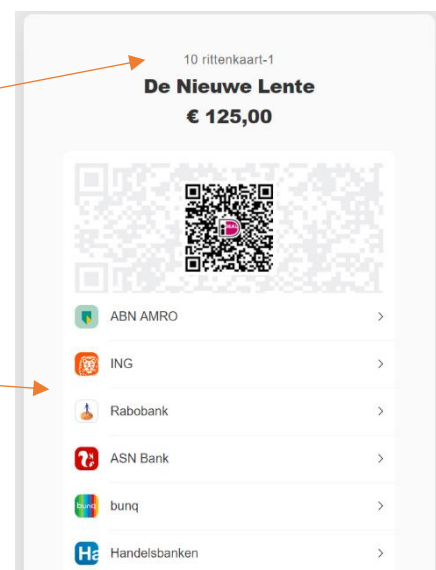
Voor nu zullen we nog voornamelijk werken met tienrittenkaarten.

Mocht u 2 of 3 keer per week een les willen volgen, neemt u dan even contact met ons op.



Wanneer u een keuze hebt gemaakt wordt u opnieuw naar een pagina geleid waar u ziet staan welke keuze u heeft gemaakt, in dit geval de tien rittenkaart en het bedrag.

Kies vervolgens met welke bank u wilt betalen om de bestelling af te ronden.





De Nieuwe Lente

Centrum voor Vitaliteit & Gezondheid

Wanneer u nu weer inlogt ziet u rechts boven in beeld dat u ingelogd bent en hoeveel kredietpunten u nog heeft, in dit geval 10 punten.

Ingelogd als yoga.deelnemer@dennieuwelente-heemstede.nl 10 punten Uitloggen Instellingen Help

Studio Lessen

Welkom bij het reserveringssysteem van Studio De Nieuwe Lente.

Week 36					Week					Vrij				
Ma 31/8					Di 1/9					Wo 2/9				
7:00										7:00 - 8:00 Wake Up Yoga (0/10) Docent: Arjanna				
8:00										8:00 - 9:00 Tai Chi / Chi Kung (0/10) Docent: Aafke				
9:00					9:00 - 10:00 Sawittha Hatha Yoga (0/10) Docent: Astrid Dijkzeul					9:15 - 10:15 Rustige Hatha Yoga (2/10) Docent: Mienke				
10:00										10:15 - 11:15 Mindfulness Les (0/4) Docent: Losse Les				
10:30 - 11:30 Hatha Yoga (0/10) Docent: Astrid Vink					10:30 - 11:30 Vinyasa Yoga (0/10) Docent: Mienke					10:30 - 11:30 Therapeutische Yoga (0/10) Docent: Arjanna				
11:00														
11:45 - 12:45 Rustige Hatha Yoga (1/10) Docent: Astrid Vink														
12:00														

U kunt nu 1 deelname toevoegen voor de dag en datum die u heeft aangeklikt, maar ook alvast een plek reserveren voor toekomstige lessen met een maximum van 5 (?) lessen in de toekomst.

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

18:00 - 19:00
Mindfulness Les (0/4)
Docent: Dirk

19:00 - 20:00
Hatha Yoga (5/10)
Docent: Astrid Dijkzeul

20:00 - 21:00
Vinyasa Yoga (0/10)
Docent: Mienke

21:00 - 22:00
Flow Yoga (0/10)
Docent: Mienke

Deelname Toevoegen

Hatha Yoga

1 punt

5 / 10

5 beschikbaar

Naam *

Yoga Deelnemer

Mobiel *

0612345678

* = Verplicht veld

☒ 8/9

☒ 15/9

☐ 22/9

☐ 29/9

☐ 6/10

☐ 13/10

☐ 20/10

☐ 27/10

☐ 3/11

☐ 10/11

☐ 17/11

☐ 24/11

☐ 1/12

☐ 8/12

☐ 15/12

☐ 22/12

☐ 29/12

☐ 5/1

☐ 12/1

☐ 19/1

☐ 26/1

☐ 2/2

☐ 9/2

☐ 16/2

☐ 23/2

☐ 2/3

☐ 9/3

☐ 16/3

☐ 23/3

☐ 30/3

Herhaal

☐ Altijd

Maak Deelname

Klik vervolgens op Maak Deelname

Docent: Nicolet					Sawittha Hatha Yoga (0/10) Docent: Astrid Dijkzeul					9:15 - 10:15 Rustige Hatha Yoga (2/10) Docent: Mienke				
10:00										10:15 - 11:15 Mindfulness Les (0/4) Docent: Losse Les				
10:30 - 11:30 Hatha Yoga (0/10) Docent: Astrid Vink					10:30 - 11:30 Vinyasa Yoga (0/10) Docent: Mienke					10:30 - 11:30 Therapeutische Yoga (0/10) Docent: Arjanna				
11:00														
11:45 - 12:45 Rustige Hatha Yoga (1/10) Docent: Astrid Vink														
12:00														
13:00														
14:00														
15:00														
16:00														
17:00														
18:00					18:00 - 19:00 Mindfulness Les (0/4) Docent: Dirk					18:00 - 19:00 Yin Yang Yoga (0/10) Docent: Aafke of Arjanna				
19:00					19:00 - 20:00 Hatha Yoga (0/10) Docent: Astrid Dijkzeul					19:15 - 20:15 Flow Yoga (0/10) Docent: Aafke				
20:00					20:00 - 21:00 Vinyasa Yoga (0/10) Docent: Mienke					20:30 - 21:30 Flow Yoga (0/10) Docent: Mienke				
21:00														
22:00														

U hebt zich nu ingeschreven voor de les.
Dit is te zien aan de groene vink in het lesblok.