



## NORMATIVA YOGA JUEGOS MÁSTER 2023-24

### 1. JORNADA

- 1.1. La modalidad de **Yoga en los Juegos Máster 2023-24** constará de 3 jornadas que se celebrarán en distintas zonas de la isla de Tenerife.
- 1.2. Podrán inscribirse en estas jornadas las personas residentes en la isla de Tenerife con **edad igual o superior a los 30 años** y que garanticen estar en condiciones físicas óptimas para realizar los itinerarios propuestos para cada una de las jornadas, con su correspondiente dificultad especificada.
- 1.3. La modalidad es individual mixta.
- 1.4. Se trata de una práctica introductoria a dos modalidades de yoga: Hatha Yoga y Thai Yoga. Rusie Dutton.
- 1.5. Las jornadas están enfocadas a realizar una actividad física suave, de iniciación, NO es una terapia de rehabilitación. En caso de padecer algún problema de salud, las personas participantes deberán comunicarlo oportunamente en el momento del registro.
- 1.6. El objetivo principal de este encuentro es el de fomentar la actividad física en un ambiente de respeto, participativo, y unir lazos entre las y los participantes de distintas zonas de la Isla.

### 2. ORGANIZACIÓN

- 2.1. La presente normativa es de aplicación a las jornadas de **Yoga** dentro del programa de los Juegos Máster 2023-24, organizada por el Cabildo de Tenerife conjuntamente con profesionales de esta disciplina.
- 2.2. Todas las personas participantes aceptan íntegramente la presente normativa al formalizar su inscripción. En caso de duda en su interpretación prevalecerá la opinión y decisión de la Organización.

### 3. INSCRIPCIONES

- 3.1. Se establece un límite de plazas máximo por jornada de 150 personas participantes según riguroso orden de inscripción, que se cerrará en el momento en que se alcance dicho cupo, y se generará una lista de espera si la hubiera.
- 3.2. El plazo de inscripción para cada una de las jornadas **se abrirá el lunes a las 9:00 horas de la semana anterior al desarrollo de las mismas y se cerrará**





el **miércoles** a las **14:00 h** de la misma semana de la jornada.

- 3.3.** Las inscripciones se realizarán a través de la página web del Área de Deportes del Cabildo de Tenerife, en su apartado de los Juegos Máster <https://deportestenerife.es/programas/juegos-master/> seleccionando la modalidad de **Yoga** y pulsando en el icono correspondiente [Inscripción](#) que lleva directamente a la plataforma de inscripciones.
- 3.4. IMPORTANTE:** Las personas inscritas en una prueba que, por la razón que sea, no puedan acudir a la actividad, deberán notificarlo vía email a [juegosmastertenerife@gmail.com](mailto:juegosmastertenerife@gmail.com) con la antelación suficiente. En caso contrario, no podrán participar en las demás pruebas previstas para los Juegos Máster. Esta medida se toma con el fin de garantizar la ocupación de las plazas y la gestión de una posible lista de espera.
- 3.5. GESTIÓN DE LISTA DE ESPERA:** Si no consiguiera plaza, puede seleccionar la opción lista de espera en la misma inscripción. Esta se gestionará por riguroso orden de realización de la misma.
- 3.6.** La inscripción a esta modalidad incluye:
- ✓ Participación en la jornada.
  - ✓ Camiseta técnica de Juegos Máster.
  - ✓ Avituallamiento líquido y sólido a base de frutas y/o frutos secos (se recomienda llevar su propio bidón de agua).

#### 4. CALENDARIO

- 4.1.** Se celebrarán tres jornadas de Yoga en las fechas y lugares siguientes:

FECHA	HORA	LUGAR	UBICACIÓN
26-nov-2023	9:30 h	Pabellón Municipal de Deportes Fernando Luis González, Santa Úrsula	<a href="https://maps.app.goo.gl/kmtZL5x4jRZBhcY27">https://maps.app.goo.gl/kmtZL5x4jRZBhcY27</a>
17-dic-2023	9:30 h	Pabellón de Punta larga Rosendo Alonso Tapia, Candelaria	<a href="https://maps.app.goo.gl/ivPVT6zXCABYLsx9">https://maps.app.goo.gl/ivPVT6zXCABYLsx9</a>
22-jun-2024	9:30 h	Parque García Sanabria, Santa Cruz de Tenerife	<a href="https://maps.app.goo.gl/R5nWMpkHUZ2XLyxP6">https://maps.app.goo.gl/R5nWMpkHUZ2XLyxP6</a>





**4.2. Horario:** Todas las jornadas darán comienzo a las **9:00 de la mañana** con la apertura e inicio de registro y listado de asistencia para comenzar a una hora estima de 9:30 h de la mañana. Se recomienda que acudan con puntualidad para que el horario de comienzo no se vea alterado.

- 9:00 Apertura de puertas. Registro.
- 9:25-9:30 Distribución de las personas asistentes a la jornada.
- 9:30 Bienvenida, explicación de la práctica e inicio de la actividad.
- 11:30 Finalización de la actividad.
- 11:30-12:00 Avituallamiento final (agua, fruta y cualquier tentempié que quiera traer cada participante)

**4.3.** Todas las jornadas tendrán un tiempo aproximado de duración de 2 horas de sesión.

**4.4.** Finalización aproximada de la jornada a las 12:00 horas.

## 5. NORMAS Y RECOMENDACIONES

**5.1.** Los y las participantes deberán presentarse en el control de identificación, donde será imprescindible presentar DNI o documento oficial que les acredite, para contrastar la inscripción y los datos requeridos por la Organización.

**5.2.** La organización dotará de avituallamiento líquido y sólido a base de agua, fruta y frutos secos.

**5.3. Equipamiento recomendable:** Las personas inscritas deben llevar un atuendo deportivo cómodo, apropiado para la práctica, chándal o pantalón holgado. La práctica se realiza sin calzado, preferentemente descalzo. **Es importante que cada persona le lleve su esterilla y toalla.**

**5.4.** Según el total de inscritos/as habrá varios personal técnico deportivo especialista en escenario y de apoyo en sala.

## 6. SEGUROS

**6.1.** La Organización dispondrá de una póliza de seguros de Responsabilidad Civil, en cumplimiento de la legislación vigente.

**6.2.** En caso de accidente, los y las participantes están cubiertos/as por un seguro de accidentes.



