

## NORMATIVA YOGA JUEGOS MÁSTER 2026

### 1. JORNADA

- 1.1. La modalidad de **Yoga en los Juegos Máster 2025** constará de 2 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, 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. 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://www.deportetenerife.es/programas/juegos-master/> seleccionando la modalidad de **Yoga** y pulsando en el icono correspondiente **Inscripción** que lleva directamente a la plataforma de inscripciones.



- 3.2.** Las plazas son limitadas. Se establece un límite de plazas máximo por jornada de 150 personas participantes.
- 3.3.** El plazo de inscripción para cada jornada **se abrirá el lunes a las 8:00 horas de la semana anterior al desarrollo de las mismas y se cerrará el viernes de la semana de la jornada a las 12:00 horas**.
- 3.4.** Si alguien cancela su inscripción dentro del plazo de inscripción, la plaza podrá quedar disponible nuevamente.
- 3.5. GESTIÓN DE LISTA DE ESPERA:** Si se llenara el cupo de inscripción, se habilitará una lista de espera en la misma inscripción. Esta se gestionará por riguroso orden de realización de la misma.
- 3.6. IMPORTANTE:** Las personas inscritas en una prueba que, por la razón que sea, no puedan acudir a la actividad, **deberán anular su inscripción antes del viernes a las 12:00 horas** de la misma semana de la celebración de la jornada accediendo a la plataforma con su registro y pinchando en el apartado “mis reservas de actividades”. 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. En caso de duda, pueden ponerse en contacto por correo: [juegosmastertenerife@gmail.com](mailto:juegosmastertenerife@gmail.com) o por Whatsapp: 665393911 (únicamente a través de mensaje).
- 3.7.** 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.** Las jornadas de Yoga se desarrollarán en las fechas y lugares siguientes:

| FECHA                | HORA  | MUNICIPIO                                         | UBICACIÓN                                                                                                                            |
|----------------------|-------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sábado<br>20/06/2025 | 10:00 | Parque García Sanabria,<br>Santa Cruz de Tenerife | <a href="https://maps.app.goo.gl/gEMmyq75F2eqnvCp6">https://maps.app.goo.gl/gEMmyq75F2eqnvCp6</a>                                    |
| Sábado<br>12/09/2025 | 18:00 | Playa de las Vistas, Arona                        | <a href="https://maps.app.goo.gl/VWKqwxQwmpSkvh6w7">https://maps.app.goo.gl/VWKqwxQwmpSkvh6w7</a><br>Ver ubicación exacta en anexo 1 |

- 4.2. Horario:** la **primera jornada del 20 de junio** dará 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.

La **segunda jornada del 12 de septiembre** abrirá su punto de registro a las **18:00 h**



**de la tarde**, para comenzar la actividad a las 18:30 horas, aproximadamente. Se recomienda que acudan con puntualidad para que el horario de comienzo no se vea alterado.

#### **Primera jornada:**

|              |                                                            |
|--------------|------------------------------------------------------------|
| <b>9:00</b>  | <b>Apertura e inicio de registro de personas inscritas</b> |
| <b>9:45</b>  | Bienvenida y explicación de la práctica                    |
| <b>10:00</b> | Inicio de la actividad                                     |
| <b>11:00</b> | Descanso y avituallamiento                                 |
| <b>11:30</b> | Inicio de la segunda sesión                                |
| <b>12:30</b> | Finalización de la jornada                                 |

#### **Segunda jornada:**

|              |                                                                 |
|--------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>18:00</b> | <b>Apertura e inicio de registro de personas inscritas</b>      |
| <b>18:30</b> | Bienvenida, explicación de la práctica e inicio de la actividad |
| <b>19:30</b> | Descanso y avituallamiento                                      |
| <b>19:45</b> | Inicio de la segunda sesión (puesta de sol a las 20:15)         |
| <b>20:45</b> | Finalización de la jornada                                      |

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

### **5. NORMAS Y RECOMENDACIONES**

- 5.1.** Las personas 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 personas inscritas habrá un número estimado de personal técnico/a deportivo/a 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, las personas participantes están cubiertos/as por un seguro de accidentes.

## ANEXO 1: ZONA DE UBICACIÓN JORNADA DE YOGA EN LA PLAYA DE LAS VISTAS

(<https://maps.app.goo.gl/VWKqwxQwmpSkvh6w7>)

