

Informazioni sul Quaderno di esercizi sul Messaggio di Gurumayi per il 2020

Il Quaderno di esercizi sul Messaggio di Gurumayi per il 2020

Cos'è il Quaderno di esercizi?

- Il Quaderno di esercizi guiderà la tua esplorazione e lo studio del Messaggio di Gurumayi per il 2020.
- Il Quaderno è composto da 30 fogli di esercizi che saranno postati sul sito web del sentiero Siddha Yoga.
- Ogni foglio di esercizi è incentrato su una domanda di Gurumayi. Per sostenere il tuo impegno con le domande di Gurumayi, il Quaderno presenta tre distinte modalità di apprendimento: esprimere con il corpo, illustrare e creare mappe mentali. Puoi conoscere meglio queste attività del Quaderno, cliccando qui.
- Ogni domenica, fino a settembre, sarà postato un nuovo foglio di esercizi.

Come posso accedere al Quaderno di esercizi?

Ci sono due possibilità per accedere.

- Il Quaderno è incluso in tutti i pacchetti di partecipazione multipla, e non è richiesto nessun pagamento extra. [Clicca qui](#) per le informazioni relative ai pacchetti.
- Il Quaderno può essere acquistato separatamente. [Clicca qui](#) per iscriverti.

Ci sono dei prerequisiti?

- Prima dell'iscrizione al Quaderno, è necessario aver partecipato a *Dolce sorpresa 2020*.

In quali lingue sarà disponibile il Quaderno di esercizi?

- Il Quaderno di esercizi sarà disponibile in inglese, hindi, spagnolo, francese, tedesco, italiano, portoghese, cinese e giapponese.

Fino a quando questo strumento di studio sarà accessibile sul sito web del sentiero Siddha Yoga?

- Il Quaderno di esercizi sarà accessibile sul sito web del sentiero Siddha Yoga fino alle 17.00 del 31 dicembre 2020 (orario di New York).

Posso invitare familiari e amici a partecipare al Quaderno di esercizi con me?

- Puoi studiare il Quaderno di esercizi insieme ad altri studenti che si siano iscritti come te.
- Vedi le Informazioni sull'iscrizione qui sotto per conoscere il costo per le famiglie.

Informazioni sull'iscrizione

Qual è il prezzo per accedere al Quaderno di esercizi?

- Se ti iscrivi a un pacchetto di partecipazione multipla, il Quaderno di esercizi è disponibile senza altri costi aggiuntivi.
 - Per informazioni sui prezzi del Pacchetto, **clicca qui**.
- Se scegli di iscriverti al Quaderno di esercizi, senza acquistare un pacchetto di partecipazione multipla, i prezzi sono i seguenti:
 - Individuale: \$29.95
 - Famiglia (conviventi): \$44.95

Tieni presente che i prezzi indicati non includono le tasse locali. Le tasse saranno incluse nella fase finale della procedura d'acquisto.

Ho già acquistato un pacchetto di partecipazione multipla per *Dolce sorpresa*. Devo fare comunque l'iscrizione al Quaderno di esercizi?

- Se hai già acquistato un pacchetto di partecipazione multipla, hai automaticamente accesso al Quaderno.

Per accedere al Quaderno di esercizi devo fare l'iscrizione al pacchetto?

- No, puoi iscriverti al Quaderno di esercizi separatamente dai pacchetti di partecipazione multipla, se hai partecipato a *Dolce sorpresa 2020* almeno una volta.

Il Quaderno di esercizi sarà disponibile negli Ashram e nei centri di meditazione Siddha Yoga?

- No, il contenuto del Quaderno di esercizi sarà disponibile solo online.

Posso iscrivermi al Quaderno di esercizi in un centro Siddha Yoga?

- Non puoi iscriverti al Quaderno di esercizi in un centro Siddha Yoga, puoi iscriverti al Quaderno solo sul sito web del sentiero Siddha Yoga.
- Se acquisti un pacchetto di partecipazione multipla presso un Centro Siddha Yoga, riceverai l'accesso online al Quaderno di esercizi.

Ho partecipato a *Dolce sorpresa* in una sede locale. Come indico che ho già partecipato a *Dolce sorpresa*, mentre mi iscrivo?

- Nella Pagina di iscrizione c'è un quadratino sul quale dovrai cliccare per confermare di aver partecipato a *Dolce sorpresa*.

Se adesso pago per iscrivermi al Quaderno e dopo mi iscrivo a un pacchetto di partecipazione multipla, mi verrà detratto l'importo che ho speso per il Quaderno?

- No. Il Quaderno degli esercizi è parte integrante del pacchetto e non può esserne dedotto il costo separandolo dal pacchetto.

Politica di cancellazione

Qual è la politica di cancellazione?

- Una volta che ti sei iscritto al Quaderno di esercizi, l'importo pagato non può essere restituito.

Informazioni tecniche

Posso accedere al Quaderno di esercizi sul mio dispositivo mobile?

- Sì, qualsiasi dispositivo con il quale accedi comodamente al sito web del sentiero Siddha Yoga è adatto per accedere al Quaderno di esercizi.

Come ricevo supporto tecnico?

- Se hai delle difficoltà tecniche, per favore contatta webmaster@syda.org.

