Algemene Voorwaarden

Laatst bijgewerkt: 31-07-2026

Fijn dat je overweegt om met mij te werken, of dat al doet. Deze voorwaarden leggen op een heldere manier vast wat je van mij mag verwachten en wat ik van jou verwacht. Ik heb geprobeerd dit zo begrijpelijk mogelijk te houden. Heb je toch een vraag? Mail gerust naar hello@grysilde.com.

0. Wie we zijn

Grysilde is ingeschreven bij de Kamer van Koophandel onder nummer 69820600, gevestigd in Amsterdam. BTW-identificatienummer: NL002263561B61.

In deze voorwaarden noemen we Grysilde "wij", "we" of "Grysilde". Jij, als klant of deelnemer, noemen we "jij" of "je".

Je bereikt ons via hello@grysilde.com.

1. Waar deze voorwaarden voor gelden

Deze Algemene Voorwaarden gelden voor alle programma's, sessies en diensten die je bij Grysilde boekt, waaronder:

- **First Breath**: een losse (online of live) breathwork-sessie
- **This Is It**: een meerwekentraject met breathwork- en coachingsessies
- **Into the Deep**: een langer, verdiepend traject met zowel online als live onderdelen

Ze gelden ook voor eventuele toekomstige programma's, tenzij daar op het moment van boeken iets anders bij vermeld staat.

Door een programma of sessie te boeken ga je akkoord met deze voorwaarden.

2. Wat de programma's inhouden

De actuele inhoud, duur, aantal sessies en indeling (online/live) van elk programma staan beschreven op de bijbehorende pagina op grysilde.com op het moment dat je boekt. Die beschrijving maakt onderdeel uit van onze overeenkomst.

Sommige onderdelen vinden fysiek plaats (bijvoorbeeld een eerste breathwork-sessie in persoon). Waar en wanneer dat is, spreken we samen af na je boeking.

3. Prijzen en betalen

3.1 Prijzen. De actuele prijs van een programma vind je op de website of het bestel-/betaaloverzicht op het moment van boeken. Zodra je hebt betaald, ligt die prijs vast voor jouw boeking - ook als de prijs daarna verandert.

3.2 Hoe je betaalt. Bij het afrekenen kies je zelf of je:

- het volledige bedrag ineens betaalt, of
- in maandelijkse termijnen betaalt, zoals aangegeven op de betaalpagina.

Kies je voor termijnbetaling, dan blijf je de afgesproken termijnen verschuldigd, ook als je een pauze inlast (zie artikel 6) of als je minder sessies gebruikt dan mogelijk was.

3.3 Bij niet-betalen. Als een termijn niet op tijd binnenkomt, nemen we contact met je op. Blijft betaling uit, dan kunnen we je toegang tot (online) sessies en materialen tijdelijk opschorten totdat het openstaande bedrag is voldaan.

4. Bedenktijd (herroepingsrecht) - 14 dagen

Als consument heb je bij een aankoop op afstand (zoals via onze website) wettelijk recht op **14 dagen bedenktijd**. Dit recht kunnen we niet uitsluiten, en dat willen we ook niet, want we vinden het juist fijn als je zeker weet dat een traject bij je past.

4.1 Hoe het werkt. Vanaf het moment dat je boekt, heb je 14 dagen de tijd om zonder opgaaf van reden van de koop af te zien. Je krijgt dan het volledige bedrag terug.

4.2 Als je eerder wilt starten. Veel mensen willen niet twee weken wachten op hun eerste sessie. Dat kan: als je ons **uitdrukkelijk vraagt** om al binnen de bedenktijd te starten, mag dat. Zeg je daarna binnen de 14 dagen alsnog dat je wilt stoppen, dan betaal je alleen voor het deel van het traject dat je al hebt gehad (bijvoorbeeld: één sessie), en krijg je de rest terug.

4.3 Hoe je herroept. Je kunt je herroepingsrecht inroepen door dit gewoon te mailen naar hello@grysilde.com, of via de herroepingsfunctie op onze website/betaalpagina.

4.4 Uitzondering. Zodra een dienst volledig is afgerond binnen de bedenktijd - en jij daar vooraf uitdrukkelijk mee hebt ingestemd en hebt aangegeven dat je daarmee je bedenktijd opgeeft - vervalt het herroepingsrecht voor dat deel.

5. Als het traject eenmaal gestart is

5.1 Zodra je programma is gestart (en de bedenktijd uit artikel 4 voorbij is, of je hebt ingestemd met eerder starten), is tussentijds annuleren niet meer mogelijk. Er vindt dan geen terugbetaling plaats.

5.2 Een pauze inlassen. Zit het leven even niet mee - een zware periode, ziekte, drukte - dan hoef je niet meteen te stoppen. In overleg met ons kun je je traject tijdelijk pauzeren en

op een later moment weer oppakken. Er is geen vaste maximumduur voor een pauze; we bepalen dit samen, per situatie.

Tijdens een pauze:

- loopt je betaling gewoon door zoals oorspronkelijk afgesproken (bij termijnbetaling blijf je dus wel de termijnen betalen);
- schuift de einddatum van je traject mee op met de duur van de pauze.

Wil je een pauze inlassen? Mail ons via hello@grysilde.com, dan maken we samen een nieuwe planning.

5.3 Niet komen opdagen. Mis je een geplande sessie zonder dit vooraf te melden, dan vervalt die sessie. Neem bij verhindering uiterlijk 24 uur van tevoren contact op, dan zoeken we samen naar een oplossing.

6. Wijzigingen door Grysilde

Soms moeten we een sessie verzetten, bijvoorbeeld door ziekte of overmacht. We laten dit zo snel mogelijk weten en bieden een nieuwe datum aan. Dit geeft geen recht op restitutie, tenzij we er samen niet uitkomen om een passend alternatief te vinden.

Mochten we een programma om zwaarwegende redenen moeten annuleren voordat het gestart is, dan krijg je het volledige bedrag terug, of - als je dat liever hebt - houden we het bedrag als tegoed voor een volgend traject.

7. Gezondheid - lees dit voordat je boekt

Breathwork kan intense fysieke en emotionele reacties oproepen. Dat is normaal en vaak onderdeel van het proces, maar het betekent ook dat breathwork niet voor iedereen (zonder overleg) geschikt is.

7.1 Breathwork en de begeleiding die wij bieden zijn geen vervanging voor medische of psychologische zorg, diagnose of behandeling. Heb je een medische of psychische aandoening, gebruik je medicatie, ben je zwanger, of twijfel je of breathwork voor jou geschikt is? Overleg dit vooraf met je arts én met ons, voordat je een sessie boekt.

7.2 Een aantal aandoeningen - zoals epilepsie, ernstige hart- en vaatziekten, zwangerschap, glaucoom, of een recente ziekenhuisopname voor een psychische crisis - vormen een contra-indicatie voor breathwork. De volledige lijst en uitleg vind je op onze pagina **Gezondheid & Veiligheid**. Het is jouw verantwoordelijkheid om ons voorafgaand aan een sessie te informeren over relevante gezondheidsaspecten.

7.3 Door te boeken bevestig je dat je naar eerlijk weten gezond genoeg bent om deel te nemen, en dat je eventuele twijfels vooraf met ons hebt besproken.

(Zie voor de volledige contra-indicaties, richtlijnen en aansprakelijkheidsafspraken rond gezondheid onze aparte pagina Gezondheid & Veiligheid, die onderdeel uitmaakt van deze voorwaarden. Je vindt de pagina onderaan in de footer op onze website: grysilde.com)

8. Aansprakelijkheid

8.1 We doen ons uiterste best om je op een veilige en zorgvuldige manier te begeleiden. Toch blijft deelname aan breathwork en coaching altijd voor eigen risico.

8.2 Grysilde is niet aansprakelijk voor schade die voortvloeit uit het niet (volledig) delen van relevante gezondheidsinformatie door jou, of uit het negeren van instructies tijdens een sessie.

8.3 Onze aansprakelijkheid - voor zover wettelijk toegestaan om deze te beperken - is beperkt tot het bedrag dat je voor het betreffende programma hebt betaald, met een maximum van € 1.500. Deze beperking geldt niet bij opzet of bewuste roekeloosheid onzerzijds, of in gevallen waarin de wet aansprakelijkheidsbeperking niet toestaat.

8.4 We raden je aan om, zeker bij live/onsite sessies, zelf een passende (reis- of ongevallen)verzekering te overwegen, zoals je dat bij elk retreat of reis zou doen.

9. Resultaten en verwachtingen

Ieders proces en resultaat is anders. We kunnen geen specifieke uitkomsten garanderen. Ervaringen en eventuele testimonials die je op onze website of social media tegenkomt, zijn persoonlijke verhalen en ze zijn geen belofte van hetzelfde resultaat voor jou.

10. Opnames, foto's en privacy tijdens sessies

10.1 We maken met regelmaat foto's en video's tijdens sessies, bijvoorbeeld voor gebruik op onze website, social media of in ander promotiemateriaal.

10.2 Sta jij hierop, dan word je **standaard onherkenbaar gemaakt** - denk aan gefilmd van achteren, een wazig gemaakt gezicht, of een shot waarin je niet te herkennen bent. We gebruiken geen herkenbaar beeld van jou, tenzij je ons daar vooraf **uitdrukkelijk toestemming** voor geeft.

10.3 Wil je liever helemaal niet in beeld komen, ook niet onherkenbaar? Laat dit vooraf aan ons weten, dan houden we daar rekening mee tijdens de sessie.

10.4 Zelf opnames maken (audio, video, screenshots) tijdens sessies is niet toegestaan zonder onze uitdrukkelijke toestemming, ook niet voor eigen gebruik.

10.5 Hoe we omgaan met je persoonsgegevens staat beschreven in ons **Privacybeleid**, dat je op de website vindt.

11. Intellectueel eigendom

Alle materialen die we met je delen - zoals werkboeken, audio's, video's, presentaties en andere content - zijn en blijven eigendom van Grysilde. Je mag ze gebruiken voor je eigen persoonlijke ontwikkeling, maar niet kopiëren, doorverkopen, delen met anderen of openbaar publiceren zonder onze schriftelijke toestemming.

12. Klachten

Ben je ergens niet tevreden over? We horen dat graag zo snel mogelijk, het liefst al tijdens het traject, zodat we samen kunnen kijken naar een oplossing.

Kom je er met ons niet uit, mail dan je klacht naar hello@grysilde.com. We bevestigen ontvangst binnen 5 werkdagen en reageren inhoudelijk binnen 30 dagen.

13. Leeftijd

Onze programma's zijn bedoeld voor deelnemers van 18 jaar en ouder.

14. Wijzigen van deze voorwaarden

We kunnen deze voorwaarden van tijd tot tijd aanpassen. Voor een lopend traject blijven de voorwaarden gelden die golden op het moment dat je boekte, tenzij een wijziging wettelijk verplicht is.

15. Toepasselijk recht en geschillen

Op deze voorwaarden en alle overeenkomsten met Grysilde is **Nederlands recht** van toepassing. Komen we er samen niet uit, dan leggen we een geschil voor aan de bevoegde rechter in Nederland (in beginsel de rechtbank Amsterdam), tenzij dwingend consumentenrecht anders bepaalt.