



Formulaire d'inscription

Saison 2022- 2023

contact@mapauseyoga.fr

Dominique MESSANT
06.18.75.40.11

Informations personnelles

Nom : Prénom :

Date de Naissance :

Adresse :

.....

Téléphone :

Email :

Photo

Questionnaire de santé

Ce questionnaire est strictement confidentiel et réservé à l'usage unique de l'enseignant. Grâce à vos réponses, il sera possible de mieux adapter le cours à vos besoins. .

1. Avez-vous une expérience du yoga, depuis combien de temps ?

2. Quel métier exercez-vous ?

3. Pratiquez-vous une activité sportive régulière ?

4. Si oui, laquelle? A quelle fréquence?

5. Certaines postures devront être évitées dans certains cas. Merci d'entourer si vous souffrez :

a) hypertension

b) maladie du cœur

c) maladie respiratoire

d) migraine

e) problèmes de cou

f) déviation de la colonne

g) hernie

h) sciatique

i) insomnies

j) des problèmes ophtalmiques

k) Autre, précisez :

6. Quelles sont vos attentes par rapport au Yoga ?

.....

Inscription aux cours

Les cours de yoga sont ouverts et adaptés à tous quel que soit votre niveau et votre souplesse. Prévoyez un tapis, une couverture, un coussin et une tenue confortable qui ne vous gêne pas lors des mouvements et des étirements.

Je m'inscris au cours suivant :

yoga flow : **lundi de 19h à 20h Marsainvilliers**

yoga enfant : **mardi 16h30-17h30 Vrigny**

yoga doux : **mardi 17h45-18h45 Vrigny**

yoga dynamique : **mardi 19h-20h Vrigny**

yoga doux: **mercredi 17h-18h Pithiviers**

yoga dynamique : **mercredi 18h-19h Pithiviers**

yoga dynamique : **jeudi 12h30-13h15 Pithiviers**

yoga doux: **jeudi 18h-19h Sermaises**

yoga dynamique : **jeudi 19h-20h Sermaises**

Les lieux de pratiques sont situés:

Pithiviers (midi) : salle du centre social municipal place Camille Claudel 45300 Pithiviers

Pithiviers (soir) : salle polyvalente à coté du terrain d'honneur de foot rue Gabriel Lelong 45300 Pithiviers

Vrigny : salle des fêtes 45300 Vrigny

Sermaises : gymnase rue Croix Jean Dubois 45300 Sermaises

L'adhésion à partir du 19 septembre au 30 juin 2023 (hors jours fériés et vacances scolaires pour environ 30 cours), est de **195 € pour les adultes** et **180 € pour les enfants**.



Formulaire d'inscription

Saison 2022- 2023

contact@mapauseyoga.fr

Dominique MESSANT
06.18.75.40.11

Paieiment

Par chèque ou espèce. Les chèques sont à remettre au moment de l'inscription. Possibilité de paiement en deux fois

Espèce

Chèque n° : Banque :

Chèque n° : Banque :

Conditions générales

En cas d'absence du professeur, le cours est reporté à une date ultérieure. Pour toute annulation ou modification, les élèves inscrits au cours ou stage concerné seront prévenus par email et/ou SMS.

Tout engagement commencé est dû dans sa totalité et est non-remboursable.

La cotisation à l'Association Ma Pause Yoga est obligatoire dès le deuxième cours.

L'Association se réserve le droit de supprimer ou de décaler un cours en cours d'année si le nombre d'élèves est insuffisant.

Je reconnais avoir lu et compris le règlement intérieur de l'association et m'engage à le respecter et l'appliquer.

Décharge de responsabilité

Je soussigné(e)

renonce à faire valoir toute revendication de toute nature auprès de l'association **Ma Pause Yoga** et de ses professeurs. Ceci concerne les cas d'accidents, blessures, vols, dégâts sur les biens personnels ou autres se produisant lors des cours ou stages.

Je certifie que :

- je ne suis pas enceinte
- je suis en bonne condition physique sans problème cardiaque ou respiratoire décelé à ce jour,
- aucun médecin, personnel de santé ou entraîneur ne m'a déconseillé la pratique du yoga,
- je suis conscient(e) des éventuels risques de santé que j'encoure.

Si votre condition physique venait à changer il vous appartient d'en aviser le professeur.

Je suis informé(e) qu'il m'appartient de souscrire personnellement une assurance maladie/accident et responsabilité civile. Je me porte également garant financier en cas de dégradation volontaire ou involontaire que je pourrais occasionner durant cette année

En tant qu'élève de yoga, vous demeurez entièrement responsable de votre pratique, de votre sécurité et de votre bien-être. La responsabilité de prendre une posture ou non, de la garder ou d'en sortir vous revient. En signant ce formulaire, vous dégagez **Ma Pause Yoga** de toute responsabilité.

Droit à l'image

Je soussigné(e)

Autorise ⁽¹⁾ ou **n'autorise pas** ⁽¹⁾, les responsables de **Ma Pause Yoga** à me filmer ou photographier pour une publication sur le site internet à usage de promotion des activités de l'association.

(1) **Rayer les mentions inutiles**

Ale

Signature de l'adhérent précédé de la mention Lu et approuvé