

योगाकाश = l'espace du yoga

course de yoga inscription 2020-2021

Prénom NOM :

Adresse :

Tél. : E-mail :

Profession : Âge :

Avez-vous déjà pratiqué le yoga ? oui non

Si oui, combien de temps ? *Quel type de yoga ?*

Que recherchez-vous dans le yoga ?

.....

.....

.....

Votre santé

Les cours incluront des postures, des exercices de respiration, des relaxations et de la méditation. Si vous souffrez d'affections particulières, il peut être important d'adapter certaines de ces pratiques. C'est pourquoi je vous prie de bien vouloir remplir scrupuleusement le tableau ci-dessous. En cas de doute, merci de prendre l'avis de votre médecin. Ces informations resteront bien sûr confidentielles.

	Oui	Non		Oui	Non
Diabète			Asthme ou autre affection respiratoire		
Maladie cardiaque (laquelle ?*)			Opération abdominale de moins de 3 ans		
Hypertension			Hernie (où ?*)		
Hypotension			Épilepsie		
Problème d'articulation (quelle articulation ?*)			Dépression		
Arthrite (où ?*)			Autre (préciser*)		
Problème de dos (lequel ?*)			Êtes-vous enceinte ?		

* Indiquez ici tous les détails utiles :

Déclaration

Je confirme que les informations ci-dessus sont, pour autant que je sache, complètes.
Je m'engage à informer le professeur de yoga de tout changement en cours d'année.
Je comprends que je suis responsable de ma santé, de ma sécurité et de mon bien-être durant les cours de yoga.

Adhésion à l'association¹

Je règle une cotisation de : €

- par chèque à l'ordre de **Association Yogākāsha**
- en espèces

Et deviens ainsi membre de l'association pour l'année 2020-2021

Règlement des cours²

Je choisis de :

- régler en une seule fois, soit **360 € pour l'année** (36 cours, du 7 septembre 2020 au 5 juillet 2021)
- régler en **3 fois 120 €** (les 7 septembre, 7 décembre et 29 mars)
- prendre des **cartes de 10 cours à utiliser dans l'année, à 150 € l'unité**

Date

Signature

Infos pratiques

Horaires : le lundi, de 19 heures à 20 h 30 (accueil à partir de 18 h 50)

Lieu : Cercle Energeia – 2, place de la Fraternité – Montreuil

À noter :

- il n'y aura pas de cours les lundis 26 octobre, 21 et 28 décembre, 22 février et 1^{er} mars, 5 avril (Pâques), 19 avril, 24 mai (Pentecôte)
- le cours commence à 19 heures pile ; arrivez un peu avant pour avoir le temps de vous changer et de vous installer tranquillement
- prévoyez des vêtements souples et confortables
- évitez de prendre un repas dans les deux heures qui précèdent le cours
- compte tenu des mesures sanitaires, il est demandé à tous ceux qui le peuvent d'apporter leur tapis de yoga et leur couverture ; le matériel mis à disposition dans la salle deviendra personnel après la première utilisation

Contact :

- yoginiratna@free.fr
- 06 14 26 39 21 (Hélène)

1. Selon les statuts de l'association (art. 7), la cotisation annuelle pour les « membres actifs » est de 20 €. Les personnes qui versent un droit d'entrée de 50 € en plus de la cotisation annuelle sont « membres bienfaiteurs ».

2. Lors de l'AG du 14 septembre 2020, une compensation financière sera proposée pour les personnes ayant réglé, en 2019-2020, des cours qui n'ont pas eu lieu du fait du confinement.