

योगकालेहा = l'espace du yoga

कुरइ वे योग इंस्क्रिप्शन 2023-2024

Prénom NOM :

Adresse :

Tél. : E-mail :

Profession : Âge :

Vous souhaitez suivre les cours : en présentiel en ligne ça dépend des fois

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 par virement

Et deviens ainsi membre **actif** / bienfaiteur² de l'association pour l'année 2023-2024

Inscription au cours

- du mardi, 19h15-20h45, au Cercle Energeia
 du mercredi, 19h15-20h45 (en présentiel et en visio), au Cercle Energeia

Je choisis de :

- régler en une seule fois, soit **360 € pour l'année** (36 cours, du 13 septembre 2023 au 3 juillet 2024)
 régler en **3 fois 120 €** (les 13 ou 26 septembre, 5 ou 6 décembre, 19 ou 20 mars)
 prendre des **cartes de 10 cours à utiliser dans l'année, à 150 € l'unité**

Date

Signature

Infos pratiques

Jours et horaires :

- le mardi, 19h15-20h45 (accueil à partir de 19h)
- le mercredi de 19h15 à 20h45 (accueil à partir de 19h)

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

À noter :

- les jours de l'année où le cours n'aura pas lieu sont mentionnés sur le site internet
- faites en sorte d'arriver 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
- tous ceux qui le peuvent sont invités à apporter leur tapis de yoga et leur couverture, mais il y en a dans la salle

Contact :

- sn.yoginiratna@gmail.com
- 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. Rayez la mention inutile.