



Formulaire d'inscription Saison 2020-2021

instantpresent.yoga56@gmail.com
Laetitia LEFEBVRE
06.72.29.78.44.

Informations personnelles

Nom : Prénom :
Date et lieu de naissance :/...../.....
Adresse :
Code Postal : Ville :
Tél fixe : Tél portable :
Email :

Photo

Questionnaire d'aide à la pratique

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. Ce questionnaire est aussi l'opportunité pour vous de faire le point sur votre parcours et vos attentes.

1. Avez-vous une expérience du yoga ?
.....
2. Si oui, combien de temps ?
.....
3. Quel métier exercez-vous ?
.....
4. Pratiquez-vous une activité sportive régulière ?
.....
5. Si oui, laquelle ? A quelle fréquence ?
.....
6. Si vous êtes une femme, êtes-vous enceinte, nb mois ?
.....
7. Certaines postures devront être évitées dans certains cas. Merci d'entourer si vous souffrez :
a) d'hypertension b) maladie du cœur c) maladie respiratoire d) migraines
e) problèmes de cou f) déviation de la colonne g) hernie h) sciatique
i) des insomnies j) des problèmes ophtalmiques
k) Autre, précisez :
8. Ressentez-vous des douleurs musculaires ou articulaires dans certaines parties de votre corps ?
.....
9. Quelles sont vos attentes/craintes 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 et une tenue confortable qui ne vous gêne pas lors des mouvements et des étirements. La pratique du yoga se fait toujours pieds nus.

Je m'inscris au(x) cours suivant(s) : **Reprise des cours le 14 septembre 2020**

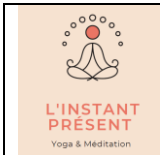
- ☐ Yoga et méditation à Camors: **LUNDI de 18h à 19h30**
☐ Yoga et méditation à Baud: **JEUDI de 18h30h à 20h**

Lieu Camors: Salle Lann Mareu – Rue Lann Mareu – 56330 CAMORS

Lieu Baud: Salle du Scaouët – Espace Culturel Yves Le Roy – 56150 BAUD

- L'adhésion adulte annuelle, au-delà d'une séance d'essai gratuite, est de **190 €/an + 10€ d'adhésion à l'association pour 1 cours/semaine** ou de **290€/an + 10€ d'adhésion à l'association pour 2 cours/semaine**.
- L'adhésion enfant annuelle, au-delà d'une séance d'essai gratuite : **90€ pour 1 cours par semaine + 10€ d'adhésion à l'association** ou **150€ pour 2 cours par semaine + 10€ d'adhésion à l'association**.
- Carte 5 cours : **50€**
- Cours à l'unité : **12€**

(Les cours ne seront pas assurés pendant les vacances scolaires, ainsi qu'aux dates ponctuelles où les différentes municipalités réquisitionnent les salles pour leurs activités).



Formulaire d'inscription Saison 2020-2021

instantpresent.yoga56@gmail.com
Laetitia LEFEBVRE
06.72.29.78.44.

Paielement

Règlement possible en 3 fois (encaissement Novembre 2020, Janvier et Avril 2021). Les chèques sont à remettre au moment de l'inscription.

Chèques :

n° :Banque : Montant :

n° :Banque : Montant :

n° :Banque : Montant :

Règlement intérieur

Je reconnais avoir lu et compris le règlement intérieur de l'association **L'Instant Présent – Yoga & Méditation** et m'engage à le respecter et l'appliquer.

Décharge de responsabilité

Je soussigné(e)
renonce à faire valoir toute revendication, de quelque nature qu'elle soit auprès de l'association **L'Instant Présent – Yoga & Méditation** et de ses professeurs. Ceci concerne en particulier les cas d'accident, blessure, vol, dégâts sur les biens personnels ou autres, se produisant lors des cours ou stage(s), au cours de l'année 2020-2021.

Je certifie que :

- 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 **L'Instant Présent – Yoga & Méditation** de toute responsabilité.

Droit à l'image

Je soussigné(e)

Autorise (1) ou n'autorise pas (1), les responsables de **L'Instant Présent – Yoga & Méditation** à filmer, photographier, ou à me faire photographier en tant qu'adhérent et pratiquant inscrit à l'association 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

Lu et approuvé (mention manuscrite)