

	<b>Formulaire d'inscription</b> <b>Saison 2021-2022</b>	<b>contact@mapauseyoga.fr</b>
		Dominique MESSANT <b>06.18.75.40.11</b>

## Informations personnelles

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_  
 Date et lieu de naissance : \_\_\_\_\_  
 Adresse : \_\_\_\_\_  
 Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_  
 Tél fixe : \_\_\_\_\_ Tél portable : \_\_\_\_\_  
 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. .*

- Avez-vous une expérience du yoga ? \_\_\_\_\_
- Si oui, combien de temps ? \_\_\_\_\_
- Quel métier exercez-vous ? \_\_\_\_\_
- Pratiquez-vous une activité sportive régulière ? \_\_\_\_\_
- Si oui, laquelle? A quelle fréquence? \_\_\_\_\_
- Si vous êtes une femme, êtes-vous enceinte, nb mois ? \_\_\_\_\_
- 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) migraine
e) problèmes de cou	f) déviation de la colonne	g) hernie	h) sciatique
i) des insomnies	j) des problèmes ophtalmiques		
k) Autre, précisez : _____			
- Ressentez-vous des douleurs musculaires ou articulaires dans certaines parties de votre corps ?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- 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 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 09 septembre 2021**

- yoga doux et méditation : **JEUDI de 18h à 19h**  
 yoga dynamique : **JEUDI de 19h à 20h**

Lieu : **Dojo du Gymnase du Manège de l'Etat-Major**—cours Guynemer, 60200 Compiègne

L'adhésion, au-delà d'une séance d'essai gratuite, est de **120 €/Trimestre** pour 1h de cours/semaine (du 09 septembre au 16 décembre sauf 14 octobre) ou **13€ par séance**.

	<b>Formulaire d'inscription</b> <b>Saison 2021-2022</b>	<b>contact@mapauseyoga.fr</b>
		Dominique MESSANT <b>06.18.75.40.11</b>

## Paieiment

Par chèque ou espèce. Les chèques sont à remettre au moment de l'inscription.

Espèce

Chèque n° : ..... Banque : .....

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 quelque nature qu'elle soit auprès de l'association **Ma Pause Yoga** 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 stages.

### 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 **Ma Pause Yoga** de toute responsabilité.

## Droit à l'image

**Je soussigné(e)** ..... **Autorise** <sup>(1)</sup> ou **n'autorise pas** <sup>(1)</sup>, les responsables de **Ma Pause Yoga** 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**

A .....le .....

*Signature de l'adhérent*  
**Lu et approuvé** (mention manuscrite)