

MON YOGA MA SANTE

Yoga et alignement postural année scolaire 2021-2022

www.monyogamasante.eu

gwen.bretagne@gmail.com

Contact : 06 76 62 20 01



Nom : _____ Prénom : _____

Ville (lieu de résidence) : _____

Adresse mail : _____ Numéro de téléphone : _____

Date de naissance : _____ Profession : _____

Comment venir au cours ?

Venez en tenue souple, ajustée au corps, l'estomac vide, 10 minutes au minimum avant le début de la séance
 Pass sanitaire et masque obligatoires, apportez votre matériel si vous en disposez
 NB : le masque pourra être retiré lorsque vous serez sur votre tapis

Packs et tarifs :

			cocher la case	indiquer la/les dates, ou à partir de quelle date :
Cours d'essai :	Cours tout type de durée	gratuit en sept, puis 10 €	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Ateliers mensuels :	1 atelier de 120 minutes	30 €	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
	à YUGIN, le dimanche, 3 ateliers de 120 minutes	85 €	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
	de 17h00 à 19h00 10 ateliers de 120 minutes	280 €	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Dates et tarifs : www.monyogamasante.eu/cours-de-yoga-2/ateliers/				
Cours hebdomadaires	ORA, lundi 19h30-20h30	Structuré et dynamique	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
	ORA, jeudi 15h-16h	Structuré et adapté	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
Inscription et tarifs : www.oraverslequilibre.fr/activites-physiques-et-de-bien-etre				
Cours particuliers	60 minutes < 2km du centre Nantes	50 €	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
	60 minutes > 2km du centre Nantes	65 €	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
	Pour groupe 3 à 5 personnes (+ 15€ déplacement éventuel)	35 € par personne	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>

Ateliers : Règlement dès la finalisation de votre inscription

virement : chèque :

Lydia : espèces :

Tout règlement en espèces implique également le paiement dès finalisation de l'inscription
 Le règlement de l'atelier ou cours particulier a lieu minimum 6 jours avant la date sans possibilité de remboursement
 Si l'annulation est due à des raisons médicales, il pourra être récupéré sur une date ultérieure

Votre activité physique :

Avez-vous déjà fait du yoga ?

Si oui, précisez le type de technique et le nombre d'années

Quelle (autre) activité physique faites vous régulièrement ou bien avez-vous pratiqué

plusieurs années depuis l'enfance ?

Votre santé :

Avez-vous des douleurs articulaires (genoux, chevilles, épaules etc.) ?

Avez-vous autre chose à préciser ?

(douleurs de dos ou autre, asthme, prothèse, glaucome, acouphènes, migraines, endométriose, opération grave, hernies, arthrose, arthrite...)

Etes-vous enceinte ?

Si oui depuis quelle date

Avez-vous une maladie cardiaque ou tension artérielle ?

Date et signature :