

saïson 2018/2019

YO

GA

avec Lionel Le Guen



Participation à la CARTE

NOM/Prénom : _____

Date de naissance : ____ / ____ / ____

Adresse : _____

Tél. (mobile de préf.) : _____

E-mail : _____

Acceptez-vous de recevoir la lettre d'informations de l'enseignant : oui / non

Je participe avec :

- carte découverte* (valable 1 mois / 4 séances max. / non renouvelable)
- carte 5 unités* (valable 2 mois / renouvelable)
- carte 10 unités* (valable 4 mois / renouvelable)
- carte Week-ends* 3 séances (valable sur la saison / renouvelable)

Mode paiement : espèces – chèques (à l'ordre de : Lionel Le Guen)

J'ai pris connaissance des modalités d'inscriptions, de paiement et les règles de fonctionnement des cours (ci-contre). Je m'engage à signaler à l'enseignant toute évolution de mon état de santé durant la saison. Selon le cas, un certificat d'aptitude à une pratique corporelle établi par un médecin pourra être demandé.

Fait à : _____, le _____

Lu et approuvé. **Signature :**

Tarifs saison 2018 2019

(partie à conserver)

Cours d'essai (gratuit pour les adhérents <i>Djivan</i>)	5,00 € (déduits sur cartes 5 ou 10 séances)
Carte Découverte	45,00 €
Carte 5 unités	70,00 €
Carte 10 unités	120,00 €
Carte Week-ends	30,00 €
Pour adhérer à l'association <i>Djivan</i> consultez le site djiva-yoga.org	

Aucun remboursement après inscription (sauf maladie longue durée).

Des tapis de sol sont à disposition mais il vous est vivement conseillé d'avoir votre matériel personnel.

Très exceptionnellement le cours pourra être assuré par un autre enseignant ou reporté sur une période de vacances scolaires.

Les cours sont accessibles aux personnes majeures uniquement. Une assurance personnelle en responsabilité civile est conseillée.

Toute difficulté de santé, ponctuelle ou permanente, doit être signalée à l'enseignant **avant** la séance. L'enseignant pourra refuser votre participation s'il juge votre état incompatible avec la pratique.

Toute situation inadaptée aux cours collectifs peut être accompagnée en cours particulier. Contactez l'enseignant pour un rdv en cabinet : 07 68 25 49 47

Conseils et règles pour la pratique

Bien s'hydrater **avant et après** le cours. **L'estomac léger**, mangez un fruit frais ou sec 1h avant par exemple.

Vêtements amples et confortables. Matériel personnel à privilégier : un tapis qui adhère bien au sol. Pour un vrai plus de confort mais **sans obligation** : un coussin de méditation (zafu, banc ou brique en liège), une petite couverture ou vêtement chaud.

Important : s'installer 5mns avant l'horaire, **la ponctualité est essentielle**. Pour le respect de tous, la salle n'est plus accessible une fois la séance démarrée. Aucun remboursement suite à un retard. En cas d'affluence et de manque de places, les personnes inscrites à l'année sont prioritaires.

Ces règles sont destinées à assurer la qualité de votre accueil et favoriser votre pratique. Lionel Le Guen se rend toujours disponible pour vos questions ou remarques à la fin de chaque séance, ou par e-mail.

www.djivan-yoga.org | Mail : lionel@djivan-yoga.org | Twitter : @AssoDjivan