



AURIAYOGA

La santé globale pour tous

FORMULAIRE D'INSCRIPTION YOGA HORMONAL

(confidentiel lorsque rempli)

2 & 3 JUILLET 2022 ou 17 & 18 SEPTEMBRE 2022
LAGNY S/ MARNE

En présentiel les **Samedi 13h-18h & Dimanche 9h-17h**

Au premier stage, s'ajouteront 3 rencontres Zoom (virtuelles) de 1h30 chacune

À J+15 , J+45 & J+90 : les **Dimanches 13h-14h30** pour un perfectionnement, le suivi de votre pratique et un bilan.

Tarif 17h de stage: 420€ (livret inclus)

Rappel: la maîtrise de la série d'exercices nécessite environ une douzaine d'heures de cours pour ensuite pouvoir la pratiquer seule à la maison, en une demi-heure

Un minimum de 5 participantes est nécessaire pour qu'un stage soit enseigné.

Formulaire à renvoyer dûment rempli avec un acompte de 100 euros (non remboursable) avant le 15 Juin ou le 30 Août 2022. Le paiement total ne sera encaissé qu'une fois le stage terminé (facilité de paiement en deux fois possible).

Date choisie: 2 & 3 Juillet 2022

17 & 18 Septembre 2022

Informations Personnelles

Nom/Prénom :

Téléphone :

E-mail :

Date de naissance :

Profession :

En cas d'urgence, contacter :

Renseignements médicaux

Le Yoga Hormonal est déconseillé en cas de cancer du sein hormonodépendant, endométriose avancée, hyperthyroïdie importante, problèmes cardiaques, grossesse.

Êtes-vous enceinte ? _____

Prenez-vous des médicaments? Oui Non

Si oui, lesquels

Fumez vous? _____ Oui Non

Si oui, combien de cigarettes par jour? _____

Buvez-vous du café/thé? Oui Non

Si oui, combien de tasses par jour? _____

Faites-vous du sport? Plusieurs fois semaine

1 à 2 fois semaine

Irrégulièrement

Quel type de sport?

Avez-vous :

. des troubles de la pression artérielle? Oui Non

. des troubles cardiaque? Oui Non

. du diabète? Oui Non

. des troubles digestifs? Oui Non

. des problèmes de circulation? Oui Non

. un dérèglement de la thyroïde? Oui Non

Avez-vous subi une intervention chirurgicale? Oui Non
Si oui, laquelle et quand?

Avez-vous des problèmes de dos et/ou problèmes articulaires? Oui Non

Où se situent-ils?

Etes-vous enclin :	aux troubles du sommeil?	Oui	Non
	aux angoisses?	Oui	Non
	au stress?	Oui	Non
	à une fatigue générale?	Oui	Non

Maladies/handicaps/problèmes de santé particuliers :

Blessures sérieuses antérieures :

Avez-vous une expérience en yoga?

Pour quelle(s) raison(s) vous tournez-vous vers ce stage formation en Yoga Hormonal aujourd'hui?

Dégagement de responsabilité (s.v.p. annexer au formulaire d'inscription)

Votre professeur de yoga est certifié par la Fédération Francophone et Internationale de Yoga, et qualifié pour vous guider dans votre pratique.

Cependant, comme toute activité physique, certaines postures de yoga sont contre-indiquées pour diverses conditions physiques. Également le yoga comporte des risques de blessures si les indications données par le professeur ne sont pas respectées. En conséquence, la responsabilité de prendre une posture ou non, de la garder ou d'en sortir, vous incombe.

En signant ce document, vous affirmez avoir lu et compris que vous demeurez entièrement responsable de votre pratique de yoga.

Je soussigné(e) _____

Déclare, par la présente, que :

Mon état, physique et mental, me permet d'entreprendre le cours de yoga.

Durant ma participation dans le cours de yoga, j'assume la pleine responsabilité pour ma santé et mon bien-être en respectant mes limites.

En cas de doute, je demanderai l'avis de mon médecin pour m'assurer qu'il n'existe aucune contre-indication à ma pratique du yoga.

J'exonère totalement mon professeur de toute responsabilité légale pour les problèmes de quelque nature que ce soit, qui pourraient survenir durant et après le cours.

Signature _____ Date _____

En complétant attentivement ce formulaire d'inscription, vous nous aidez à mieux vous servir.

Votre professeur vous souhaite une chaleureuse bienvenue et un beau voyage!

Namaste.

Aurélie (Kundinī)