

# l'atdior de yoga

3 rue de Laujac, 33180 St-Estèphe  
[www.yogabymarianne.com](http://www.yogabymarianne.com)

## FICHE D'INSCRIPTION 2021-2022

Merci de bien vouloir écrire clairement.

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Portable : ...../...../...../...../.....

Adresse Email : .....

तुल्यो	लडर्यो	लडरनरड्यो	डुड्यो
09H30 à 11H00 NIVEAU 2	09H30 à 10H45 NIVEAU 1		09H30 à 11H00 NIVEAU 2
18H00 à 19H30 NIVEAU 3	19H00 à 20H30 NIVEAU 2	18H30 à 20H00 Yoga Attitude à Cissac	18H00 à 19H15 NIVEAU 1
19H45 à 21H00 NIVEAU 1			19H30 à 21H00 NIVEAU 2

Merci de bien  
vouloir encercler  
votre choix.

**Au niveau 1 :** Nous apprenons à respirer avec la contraction du périnée et les postures sont douces. Ce niveau correspond aux personnes à la recherche d'étirements et de renforcements musculaires tout en douceur.

**Au niveau 2 :** La respiration est rappelée mais commence à être acquise, les postures se tonifient et s'enchaînent. Nous débutons le travail des vibrations intérieures (Mantra) ainsi que la maîtrise de la respiration (Pranayama). C'est un mélange de douceur et de tonification, (Sthira Sukha).

**Au niveau 3 :** Des postures inversées sont présentées, les enchaînements se perfectionnent, tout en maîtrisant la respiration, nous travaillerons plus profondément sur les 8 membres du Yoga selon Patanjali (Yama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana, Samadhi).

Les cours commencent le Lundi 6 Septembre 2021 et se terminent le Jeudi 07 Juillet 2022.

## Conditions générales

### Préambule

l'atdior de yoga est créé par Marianne MALLAT-LASSALE, enseignante de yoga (SIRET : 792 419 038 00015) certifiée par l'École Nationale des Professeurs de Yoga et est membre de la Fédération Nationale des Professeurs de Yoga, qui propose des cours et stages de yoga ouverts à tous niveaux.

### ARTICLE 1 - OBJET

Les présentes conditions générales détaillent les droits et obligations de l'atdior de yoga et de son client (ci-après désigné "le pratiquant") dans le cadre des cours de Yoga. l'atdior de yoga se réserve le droit de modifier ou d'adapter ses Conditions Générales à tout moment et sans préavis.

### ARTICLE 2 - CONDITIONS ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

L'inscription aux cours est ouverte à tous niveaux de pratiquants de yoga dans la limite des places disponibles (10 pratiquants par cours). Le nouveau pratiquant a un cours de découverte offert. Il est conseillé de choisir un cours qui correspond à son niveau de pratique. Pour ce faire, le pratiquant sélectionne le/les cours de son choix et complète la fiche d'inscription.

### ARTICLE 3 - TARIFS ET MODALITÉS DE PAIEMENT

Les tarifs et les modalités de paiement des différents services sont :

- 1 cours par semaine = 375€ l'année
- 2 cours par semaine (du même niveau ou de deux niveaux différents), ou bien 2 pratiquants en couple = 625€ l'année, et par couple
- 1 cours ponctuel et selon la disponibilité des places = 15€
- 1 carte de 10 cours ponctuels et selon la disponibilité des places = 135€

Paiement par chèque(s) à l'ordre de Marianne MALLAT- LASSALE ou par espèces et remis en main propre sur inscription, ainsi un mail de confirmation vous sera envoyé, et une facture pourra être établie sur demande à l'adresse mail suivante : [info@yogabymarianne.com](mailto:info@yogabymarianne.com)

### ARTICLE 4 - ANNULATION REMBOURSEMENT DES COURS

Aucun remboursement ne sera effectué. En cas de déménagement ou décès, les chèques non-encassés seront détruits. En cas d'absence aux cours par le pratiquant pour raisons personnelles ou médicales, les séances ne seront pas remboursées. En revanche, le pratiquant peut récupérer son cours dans la même semaine de son absence, à condition que la place soit disponible. Les abonnements sont nominatifs, non-remboursables, non-échangeables et valables uniquement pour la période souscrite. La date de fin d'abonnement ne peut être décalée. l'atdior de yoga réserve les droits d'annuler les cours et stages s'il n'y a pas un minimum d'élèves (4 élèves) ou si l'intervenant se trouve dans l'impossibilité d'animer son stage.

### ARTICLE 5 - ENGAGEMENT PERSONNEL

Le pratiquant s'engage à :

- Arriver en silence
- Se déchausser à l'entrée
- Éteindre son portable
- Porter des vêtements propres et confortables (pas de jeans)
- Respecter le matériel qui lui est prêté
- Nettoyer le tapis prêté après chaque utilisation, et puis ranger le matériel

### ARTICLE 6 - VIE PRIVÉE ET PROTECTION DES DONNÉES DU PRATIQUANT

Les informations personnelles recueillies par l'atdior de yoga incluent les nom, adresse postale et électronique, numéro de portable. Ces données nominatives recueillies par l'atdior de yoga sont confidentielles. l'atdior de yoga s'engage à ne pas les communiquer à des tiers.

Signature & date Bon pour inscription et validation des conditions générales ci-jointes

# Marianne Mallat-Lassale

Enseignante de Hatha Yoga & Pré-Post Natale, Formatrice à l'ENPY, Membre de la Fédération National des Professeurs de Yoga

SIRET : 792 419 038 00015 APE : 8551Z

Tel : 06 77 40 15 03 / e-mail : [info@yogabymarianne.com](mailto:info@yogabymarianne.com)