



REGLEMENT ET CONDITIONS COURS COLLECTIFS DE YOGA *Année 2019-2020 (dès le 01.01.2020)*

I. RÈGLES DE SAVOIR-ETRE A RESPECTER AU SEIN DU CENTRE MYM

- 1) **Ponctualité** : le Centre vous accueille 15 minutes avant chaque début de cours afin de vous laisser le temps de vous installer. Les cours commencent et se terminent à l'heure. Dès que le cours commence, la porte sera fermée et vous ne pourrez plus accéder au cours. Merci de prendre soin d'arriver à l'heure.
- 2) **Engagement** : le Yoga demande un certain engagement vis-à-vis de la pratique pour ressentir les effets. Le Yoga est un processus. Processus signifie avec une certaine durée dans le temps.
- 3) **Attitude respectueuse** : le pratiquant s'engage au respect des différences, à l'ouverture à l'autre, au respect de la vie privée. Ne pas déconcentrer les autres élèves pendant leur pratique par des bavardages intempestifs. Le professeur se réserve le droit d'annuler une inscription pour tout manquement de respect à autrui, au lieu, au matériel, sans préavis.
- 4) Le port des **chaussures** d'extérieur est interdit dans la salle de Yoga. Merci de vous déchausser dans la salle d'attente et de les déposer à l'endroit prévu.
- 5) Afin de préparer un cours de qualité et de vous accueillir dans de bonnes conditions, le professeur ne répond plus aux appels/messages juste avant le cours. Sauf cas de force majeure, prévenir le professeur au minimum **24H à l'avance** en cas de désistement. Dans le cas contraire, la séance sera due. Des élèves sont sur liste d'attente et aimeraient s'inscrire.

II. RÈGLES VIS-A-VIS DE SOI-MEME

Vous avez décidé de commencer le Yoga, particulièrement le Viniyoga, Yoga de l'adaptation. Quelques qualités personnelles pourront être développées dans votre pratique :

- Écoute de soi, écouter son corps, respecter les limites envoyées par le corps, règle de la non-violence.
- Le professeur formé veille à votre sécurité. Il peut vous proposer une alternative plus légère pour commencer (assis sur une chaise, faire une autre posture, ...). Vous êtes responsable de vos actions.
- Le Yoga est une observation et une étude de soi. Ce n'est pas une compétition ni vis-à-vis de soi-même, ni vis-à-vis des autres. Il n'y a pas de comparaison à faire avec les autres ni avec qui on était il y a 20 ans. Accepter qui on est devenu ici et maintenant avec tout notre passé et nos expériences. Faire preuve de douceur et de gentillesse envers soi-même. Il n'y a rien à prouver ni à vous ni aux autres. Le vrai Yoga ne demande pas



un mouvement parfait. Le Yoga dit que l'élève n'est pas parfait comme le professeur n'est pas parfait.

- ...

III. CONDITIONS DE L'ABONNEMENT

- 1) Il existe un abonnement de
- 2) Nominatif.
- 3) Non remboursable.
- 4) A régler avant le début des cours en espèce ou sur le compte IBAN *BE53 3631 8618 3153* BIC *BBRUBEBB* au nom de *Centre MYM Carole RAETS*, communication *Type du cours + Nom + Prénom*

IV. TARIFS

- 1 séance d'essai : 10 € (valable une seule fois pour un(e) nouvel(le) élève)
- 1 séance : 12 €
- 1 abonnement de
- 1 cours individuel de Yoga : 50€/1h.

L'aspect financier ne doit pas être un frein à la pratique du Yoga. En cas de difficulté financière, vous pouvez en parler au professeur en toute discrétion et une solution sera envisagée.

V. CONDITIONS GÉNÉRALES POUR TOUS LES ÉLÈVES

- 1) Remplir la **fiche médicale** confidentielle avant de commencer le 1er cours.
- 2) **Deux certificats d'aptitude** (un pour la FBHY et un pour le Centre MYM) remplis et signés par votre médecin traitant attestant que vous êtes apte à la pratique du Yoga (demandez au médecin d'écrire s'il y a des mouvements contre-indiqués à la pratique du Yoga si vous souffrez d'une pathologie spécifique).
- 3) **Assurance : 10 €**, à régler au 1er cours. Vous serez assuré et affilié auprès de la Fédération Belge d'Hébertisme et de Yoga (FBHY), vous recevrez deux petits livrets sur le Yoga par an.
- 4) Accepter, dater et signer le présent règlement.

Le professeur se réserve le droit d'annuler une inscription pour tout élève qui n'a pas payé le cours, l'assurance et qui n'aurait pas rendu les 3 documents cités supra avant le 1^{er} cours.

VI. INCAPACITÉ DE L'ÉLÈVE

En cas de maladie ou incapacité, justifiée par un certificat médical d'incapacité, la(les) séance(s) de l'abonnement pourra(ont) être post-posée(s).

En cas d'absence non justifiée par un certificat médical, il vous est possible de récupérer la séance durant la semaine en demandant préalablement au professeur s'il reste de la place.

VII. INCAPACITÉ DU PROFESSEUR



Si le professeur se trouve dans l'incapacité de donner le cours (maladie, formation, autre), soit le cours sera donné par un autre professeur de Yoga compétent soit la séance de l'abonnement sera reportée ultérieurement à une date définie par le professeur (généralement durant juillet-août).

VIII. TENUE VESTIMENTAIRE & MATÉRIEL

Une tenue confortable et appropriée à un cours collectif de Yoga.

En tenue dès votre arrivée idéalement.

Ôter les chaussures avant d'entrer dans la salle de Yoga.

La pratique se fait pieds nus pour un meilleur équilibre (le sol est en Liège).

A votre disposition : briques en Liège, couvertures, petits oreillers et tapis anti-dérapants écologiques.

IX. GSM

Merci d'éteindre votre GSM ou de le mettre en mode "Avion" afin de ne pas être dérangé ni par des appels ou messages ni par les ondes.

X. GRATUITE DES COURS AUX JOURNÉES PORTES OUVERTES

Les cours sont gratuits lors des journées portes ouvertes pour faire découvrir le Yoga aux nouveaux élèves.

XI. DROIT A L'IMAGE *(barrez la mention inutile)*

L'élève accepte / n'accepte pas d'être pris en photo et/ou filmé occasionnellement par le professeur dans le but de promouvoir le Centre MYM et ses activités, pour illustrer le site internet du Centre ou autre à des fins publicitaires

XII. MODIFICATIONS DU PRESENT REGLEMENT

Le professeur se réserve le droit d'apporter toute modification en cours d'année et s'engage à prévenir ses élèves oralement aux cours ou par courriel.

L'élève confirme avoir lu le règlement et les conditions repris supra et les accepte.

Pour accord,

Nom :

Prénom :

Date :

Lieu :

Signature :