

## Règlement Association Viniyoga Landes : Année 2020/2021

### Article 1 : Adhésion

L'adhésion à l'Association Viniyoga doit être réglée en début d'année ou début de trimestre. Le règlement annuel est à effectuer avant le 15 septembre 2020, dans sa totalité ou en trois chèques.

Le règlement trimestriel est à effectuer à chaque trimestre : le 15 septembre 2020, le 08 décembre 2020 et le 30 avril 2021.

Règlement par chèque à l'ordre de L'Association Viniyoga Landes ou par virement bancaire.

### Article 2 : Tarifs

#### Tarif trimestriel

- 55 euros, pour une heure de cours par semaine.
- 100 euros, pour deux heures de cours par semaine.

#### Tarif annuel

- 150 euros, pour une heure de cours par semaine.
- 250 euros, pour deux heures de cours par semaine.

Il ne sera effectué aucun remboursement en cas d'absence du pratiquant.

En dehors d'une adhésion et d'un cours d'essai gratuit, le cours vous sera facturé 15 euros.

### Article 3 : Lieux, jours et horaires des cours

#### Magescq, Espace Jean Mora, place des Arènes

##### Le Mardi :

- De 10h30 à 11h30 : Adultes : **yoga doux**.
- De 17h à 18h : Adultes : **yoga dynamique**.
- De 20h15 à 21h15 : Adultes : **yoga énergie**.
- De 21h30 à 22h30 : Adultes : **yoga énergie**.

##### Le Jeudi :

- De 9h à 10h : Adultes : **yoga doux**.
- De 10h à 11h : Adultes : **yoga doux**.
- De 17h à 18h : Yoga Enfants.
- De 20h15 à 21h15 : Adultes : **yoga énergie**.
- De 21h30 à 22h15 : Adultes : **yoga énergie**.

#### Herm, Salle des Aînés

##### Le Mercredi :

- De 19h45 à 20h45 : Adultes : **yoga énergie**.

## Quel yoga choisir ?

Choisissez un yoga en fonction de l'intensité physique des postures.

- . Yoga doux : intensité physique modérée.
- . Yoga énergie : intensité physique moyenne et forte.
- . Yoga dynamique : Intense. (Voir avec Floriane).
- . Yoga Nidra : Relaxation. (Dates à préciser).

### **Article 4 : Absence du professeur**

Viniyoga s'engage à remplacer le professeur absent et d'avertir chaque pratiquant dans les plus brefs délais. Au pire, le cours sera reporté.

### **Article 5 : Conditions d'inscription**

Il est demandé aux pratiquants de :

- Choisir au mieux les horaires et jours de cours et de respecter cet engagement pendant l'année ou le trimestre. Il ne sera pas possible de changer d'horaire et de jours de cours selon sa convenance.
- Remplir, signer la fiche d'inscription.
- Fournir un certificat médical (Valable trois ans)
- Lire, signer et respecter le protocole sanitaire 2020/2021.
- Régler l'adhésion soit par chèque à l'ordre de l'Association Viniyoga Landes, soit par virement bancaire (RIB ci-joint).
- Documents à renvoyer : soit à L'association Viniyoga Landes au 919 chemin de Chiouleben 40140 MAGESCQ , soit à [yogalandes@gmail.com](mailto:yogalandes@gmail.com)

### **Article 6 : Matériel obligatoire**

Un tapis de sol, un plaid et un coussin. Merci d'éteindre vos portables pendant le cours.

### **Article 7 : Déroulement des cours pendant l'année**

Il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

La saison se termine le 1<sup>er</sup> juillet 2021.

Pour des renseignements complémentaires consultez le site : [yoga-landes-pays-basques.fr](http://yoga-landes-pays-basques.fr)  
ou Floriane au 0658143084.

**FICHE D'INSCRIPTION 2020/2021**

NOM :

Prénom :

ADRESSE MAIL :

PORTABLE :

ENGAGEMENT : TRIMESTRIEL     ANNUEL

Jour et horaire :

Problème particulier à signaler pour la pratique posturale :

Le

A

Signature