



Fiche d'inscription 2025-2026
Cours de Yoga Postural de la Méthode IYENGAR® et
Groupes de développement personnel de Gestion du stress par la pleine conscience
Association YOGARTS - Maintenon

NOM : PRENOM : Date de naissance :

ADRESSE :

CODE POSTAL : VILLE :

TELEPHONE : EMAIL (en majuscules) :

TARIFS : Adhésion à l'association Yogarts de 20€ pour l'année. A régler en même temps que le premier règlement (1^{er} trimestre ou année).

Faire 3 chèques lors de l'inscription pour un **paiement souhaité en 3 fois** (encaissements en octobre, février, juin). Il est **possible de payer en 5 fois**, notamment si vous vous inscrivez pour deux cours de yoga (encaissements en octobre, décembre, février, avril, juin). En dehors de ce cadre, merci de nous en faire part. Et **paiement en 4 fois pour le programme de groupe de Gestion du Stress** par la pleine conscience MBSR (développement personnel)

Matériel : Tout le matériel est prêté et inclus dans votre forfait annuel.

Cochez le(s) cours et groupes au(x)quel(s) vous souhaitez vous inscrire :

YOGA détente et récupération, tous niveaux	Lundi	9h45 – 11h15	
YOGA & méditation en mouvement – niveau 1	Lundi	19h15 – 20h30	
YOGA intégral (postures et méditation – accessible aux débutants)	Mardi	19h30 – 21h	
YOGA enfant & adolescent	Mercredi	17h45 – 18h30	
YOGA Niveau avancé – méthode Iyengar	Mercredi	19h30 – 21h	
<u>STAGES (selon calendrier)</u>	En WE	10h – 13h	
<u>Groupes de développement personnel : gestion du stress et de la douleur - MBSR</u>	Selon calendrier	durée 2h30	

- Tarifs des cours de yoga – Abonnement annuel - Tarif des groupes MBSR Développement personnel	1 ^{er} trimestre + 1 adhésion (20€)	2 ^e trimestre	3 ^e trimestre	Total
Yoga & méditation en mouvement – 1h15 (30 cours annuels)	Adulte : 120€ (100€ + 20€)	90€	90€	300€
Yoga enfant et adolescents – 45min (27 cours annuels - 9/trimestre)	Enfant jusqu'à 17 ans : 90€ (70€ + 20€)	80€	80€	250€
Cours de 1h30 (mardi et mercredi) ou Yoga détente et récupération (lundi matin) (30 cours annuels)	140 € (120€ + 20€ d'adhésion)	120 €	120 €	380 € pour 1 cours de yoga

2 cours de yoga (1h15 ou 1h30) (60 cours annuels)	260€ (140€ 1er cours + 90€ 2ème cours + 20€ adhésion)	210 € (120€ 1er cours + 90€ le 2ème)	210 €	670 € pour 2 cours (de 1h15 à 1h30)
1 cours de 1h30 de yoga si vous démarrez au 2e ou au 3e trimestre	20 € (Adhésion à l'inscription)	155 €	155 €	330 €
Programme de groupe Gestion du stress (MBSR) 8 ateliers de 2h30 sur 4 mois	20€ d'adhésion 4 règlements (1 par mois) de 97,5€			410€

Problèmes particuliers et/ou traitement en cours ET motivations à la pratique du yoga lyengar et /ou aux ateliers de Gestion du stress (MBSR) et pleine conscience :

Un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Yoga (valable 2 ans).

Il n'y a pas d'assurance incluse dans votre inscription. Aucune garantie individuelle accident ne vous est donc acquise ; ni le bénéfice d'une Assurance Responsabilité Civile, pour les dommages causés à un tiers, dans le cadre des cours de yoga. Merci de remplir la décharge de responsabilité médicale proposée sur ce formulaire.

Adresser par courrier **le ou les 3 ou 5 chèques (adhésion + total abonnement annuel) à l'ordre de YOGARTS, votre bulletin d'inscription rempli et signé et la décharge ci-dessous.** *Indiquez sur l'enveloppe. Association YOGARTS, Karine Boutin - Inscription 11 rue du Maréchal Foch 28130 Maintenon.*

J'ai pris connaissance des conditions d'inscription et reconnais que les cours ne sont pas remboursables mais échangeables, selon la disponibilité des places dans d'autres cours et le niveau requis.

Nom, prénom, date et signature

