



anahata yoga
Brest

Fiche d'inscription saison 2026/2027

<u>Nom</u> :	<u>Prénom</u> :
<u>Téléphone</u> :	<u>Mail</u> :

Inscription cours :

Lundi

12h15-13H30

Mercredi

12h15-13H30

18h15-19h30

19h45-21h00

Jeudi

10h00-11h15

12h15-13h30

Depuis combien de temps pratiquez vous le yoga ? Que recherchez vous à travers la pratique du yoga ? :

Afin d'adapter au mieux votre pratique, avez vous des restrictions physiques ou un problème de santé ?

Le yoga n'est pas un substitut pour une consultation médicale. Il est toujours préférable de consulter un médecin avant de commencer un nouvel exercice physique. Par la présente, je déclare que mon état, physique et mental, me permet d'entreprendre des cours de yoga. Le professeur d'Anahata Yoga est qualifié pour vous guider dans votre pratique et il s'engage à prendre toutes les dispositions possibles pour assurer votre sécurité. Cependant, comme toute activité physique, le yoga comporte des risques de blessures qui ne peuvent être complètement éliminés si votre pratique n'est pas juste et bienveillante. Ainsi, 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.

Signature : _____

Date : _____