



Bulletin d'Inscription 2026–2027

✦✦ Yoga holistique

Une approche globale pour harmoniser le corps, le souffle et l'esprit. Chaque séance comprend des postures (asanas), de la relaxation, des respirations (pranayama), des méditations guidées, parfois des chants.

✦✦ Lieu et dates

Maison des Associations – Salle 7 (3e étage)

4 rue de Lorraine, 44210 Pornic

☐ Du lundi 14 septembre 2026 au mercredi 16 juin 2027

✕ Pas de cours pendant les vacances scolaires ni les jours fériés

✦✦ Choix des horaires des cours collectifs

(Merci d'entourer l'horaire choisi)

Lundi

18h00 – 19h30 : Yoga & relaxation ou méditation guidée

Mardi

10h00 – 11h30 : Yoga débutant et en douceur

Mercredi

10h00 – 11h30 : Yoga tous niveaux

18h30 – 20h00 : Yoga niveau intermédiaire

✦✦ Tarifs 2026–2027

- Abonnement annuel (1 cours hebdo / 1h30) : 295 €
- Carte de 10 cours collectifs : 160 €
- Adhésion annuelle obligatoire : 15 €

Tous règlements acceptés : Virement en une fois : 310 € (adhésion incluse), chèque à l'ordre de Chandra Yoga & Soins . Paiement en 3 fois possible (encaissé en sept/déc 2026 & mars 2027)

✦✦ Matériel à prévoir

Merci d'apporter votre **tapis personnel, zafu, briques et sangle de yoga**

Formulaire d'inscription

Nom / Prénom :

Adresse :
.....

Téléphone portable : Email :

CHANDRA YOGA & SOINS

9 Rue du Bourg aux Moines 44210 PORNIC - 06 60 99 91 30 – chandrayoga.soins@gmail.com- yogaetsoins.com

association loi 1901- membre de la FIDHY (Fédération Inter-enseignant De Hatha Yoga)

REGLEMENT INTERIEUR YOGA & SOINS

Préambule

Le règlement intérieur a pour objet de préciser le fonctionnement de l'association Yoga & Soins
Le présent règlement intérieur est remis aux membres du bureau ainsi qu'à chaque nouvel adhérent lors de l'inscription
Yoga & Soins est affiliée à la FIDHY Fédération Inter-enseignants De Hatha Yoga

L'association

L'association Chandra Yoga & Soins dite Yoga & Soins, est présidée par Madame Isabelle LOZINGUEZ

Modalités de règlement

Le montant de l'adhésion, obligatoire, pour l'année 2026-2027 est de 15€

Cotisation annuelle : 295€ pour les cours à la Maison des associations de Pornic. Règlement effectué par chèque, à l'ordre de Chandra Yoga & Soins. Les règlements par carte bancaire ne sont pas acceptés. Règlement par virement bancaire en 1 fois pour toute l'année soit 310€ adhésion comprise.

Il est possible de payer en 3 fois. Septembre/décembre 2026/mars 2027

Cette cotisation correspond à 1 cours hebdomadaire de 1H30. Il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires

Un cours découverte est possible à 15 euros déductibles de l'adhésion à l'inscription.

Toute cotisation versée à l'association est définitivement acquise.

En cas de confinement : des cours par Zoom sont proposés par le professeur aux horaires convenus en présentiels. Les cotisations ne sont pas remboursées.

Horaires et déroulement des séances

Les cours collectifs se déroulent à la Maison des associations 4 rue de Lorraine à Pornic

Dans un souci de confort et pour le respect des élèves et du professeur, nous vous demandons de bien vouloir arriver à l'heure en prenant en considération le temps nécessaire pour se mettre en tenue. Les téléphones portables sont silencieux pendant la séance.

Les cours de yoga collectifs ont une durée effective d'une heure et trente minutes. Les cours démarrent le lundi 14 septembre 2026 et se terminent le mercredi 16 juin 2027

Chaque élève vérifie que son état de santé ne comporte aucune contre-indication avec cette pratique.

L'Association se réserve le droit de refuser l'adhésion d'un élève dont les conditions physiques et l'état de santé ne seraient pas adaptés.

L' Association Yoga & Soins décline toute responsabilité en cas d'accident qui pourrait survenir durant la séance et qui ne serait pas lié directement à la conception de la séance.

Horaires des cours de Hatha Yoga

Lundi : 18h-19h30

Mardi : 10h-11h30

Mercredi : 10h-11h30 // 18h30-20h

En cas d'absence, il est demandé de prévenir au plus tôt le professeur. Les séances manquantes sont récupérables selon les disponibilités. Cet arrangement est organisé avec le professeur.

Matériel de pratique :

Chaque adhérent amène son tapis, brique, sangle, couverture et coussin et porte une tenue confortable et souple.

Assurance

Chandra Yoga & Soins est actuellement assurée par AXA Assurances. Cette affiliation est renouvelable annuellement.

Date et signature

CHANDRA YOGA & SOINS

9 Rue du Bourg aux Moines 44210 PORNIC - 06 60 99 91 30 – chandrayoga.soins@gmail.com - yogaetsoins.com

association loi 1901- membre de la FIDHY (Fédération Inter-enseignant De Hatha Yoga)