

Formulaire d'inscription pour cours de yoga

Il est toujours préférable de consulter votre médecin avant de commencer un nouveau programme d'exercice physique. Je suis qualifiée pour vous guider dans votre pratique de yoga mais assurez-vous de toujours bien suivre mes instructions. En tant qu'étudiant (e) de yoga, vous demeurez entièrement responsable de votre pratique, de votre sécurité et de votre bien-être. La responsabilité de prendre une posture ou non, de la garder ou d'en sortir, vous revient. En signant ce formulaire, vous me dégagez de toute responsabilité. Votre inscription est non remboursable et/ou non transférable.

(s.v.p. écrire lisiblement)

Date : _____

Nom : _____

Adresse : _____

Courriel : _____

Consentement pour la loi anti-pourriel : cochez, si vous désirez recevoir le communiqué _____ oui je consens.

Téléphone : (jour) _____ (soir) _____ Cell : _____

Occupation : _____ Date de naissance : jour/mm/année _____

Contact en cas d'urgence : _____ Téléphone : _____

Qu'est-ce que vous recherchez à travers le yoga? _____

Faites-vous de l'hypertension? _____ ou de l'hypotension? _____

Problèmes cardiaques ou respiratoires? Si oui, lesquels? _____

Problèmes de digestion? Si oui, lesquels? _____

Problèmes de sommeil? _____

Avez-vous des problèmes de dos, problèmes articulaires (nuque, genoux?) Non _____ Oui _____

Si oui, spécifiez ci-dessous. Éprouvez-vous des douleurs ailleurs? Si oui, où?

Avez-vous d'autres problèmes de santé non-mentionnés ci-dessus? _____

Accident récent? _____

Chirurgie récente (2 dernières années)? _____

Prenez-vous des médicaments? _____ Si oui, lesquels? _____

Êtes-vous enceinte? Non _____ Oui _____ De combien? _____ 1^{ière} grossesse? _____

Avez-vous déjà fait du yoga? Non _____ Oui _____ Si oui, quelle méthode? _____

Combien de temps? _____ où? _____ Professeur? _____

Quels sont vos activités physiques régulières? _____

Comment avez-vous entendu parler de moi? _____

Signature : _____ Date : _____

École de Yoga Shantaya (Chantal Côté) 201, rue Robillard, local 204, Sorel-Tracy, J3P 8C7 (450)743-4566