

## CHARTRE DU BONNE YOGA CLUB

- > Afin d'optimiser la gestion du club, **la participation au cours sera à valider à chaque séance** par la signature d'un document de présence ;
- > **Éviter les retards** pour le respect du professeur et des participants ;
- > **Éteindre son téléphone portable** pendant le cours ;
- > Par respect pour tous les participants, **ne pas réserver de place** autre que pour soi lors de la séance de yoga ;
- > **Chacun apporte son tapis** ;
- > **Ne pas changer de cours** sauf dérogation spéciale ;
- > **Informez de tout changement de coordonnées** ;
- > **Tout trimestre entamé est dû** en totalité sauf présentation d'un certificat médical ;
- > **Le silence durant le cours est de rigueur**, pourquoi stimuler le mental alors que nous cherchons à arrêter ses perturbations.

Merci pour votre compréhension et collaboration  
*L'équipe du Bonne Yoga Club*

## BULLETIN D'INSCRIPTION 2022 /2023



**Le Bonne Yoga Club**, association du type (loi 1901) a été créée en 1983 par Serge Verdet. Son but est la pratique du HATHA YOGA dans l'esprit de sa tradition. Aussi les cours sont un équilibre entre plusieurs disciplines :

### ASANAS

Exercices physiques

### PRANAYAMA

Régulation de la respiration

### RELAXATION

### CONCENTRATION

### MEDITATION

Serge VERDET,

Titulaire depuis 1980 de la F.F.H.Y. de Shri Mahesh

Maud ANDRÉ, Patricia BALLARA

Annie DÉMOLIS et Lydie VERDET

[www.bonne-yoga-club.com](http://www.bonne-yoga-club.com)

## COURS PROPOSÉS

### LUNDI

**12h15 à 13h15 – Maud ANDRÉ**

Salle du bas - École maternelle de Bonne

> Reprise le 3/10/2022

### MARDI

**9h à 10h – Maud ANDRÉ**

Salle Communale - Sous la Mairie de Bonne

> Reprise le 4/10/2022

**18h à 19h – Annie DÉMOLIS**

Salle Communale - Sous la Mairie de Bonne

> Reprise le 4/10/2022

### MERCREDI

**19h30 à 21h – Serge VERDET**

Salle du bas - École maternelle de Bonne

> Reprise le 5/10/2022

### JEUDI

**9h à 10h – Annie DÉMOLIS**

Salle Communale - Sous la Mairie de Bonne

> Reprise le 6/10/2022

**19h à 20h – Maud ANDRÉ et Annie DÉMOLIS**

Salle du haut - École maternelle de Bonne

> Reprise le 6/10/2022

**Les cours ne seront pas systématiquement assurés  
pendant les vacances scolaires.  
Cours sous réserve des directives légales gouvernementales**

## TARIFS ANNUELS 2022 / 2023 (Pour les adhérents accès aux podcasts inclus)

|   |       |
|---|-------|
| 1H / SEMAINE  | 160 € |
| 1H30 / SEMAINE  | 205 € |
| 2H / SEMAINE  | 275 € |
| 2H30 / SEMAINE  | 300 € |
| CARTE DE MEMBRE pour les non adhérents<br>(donnant droit uniquement accès aux podcasts) | 80 €  |
| <b>COTISATION À LA F.F.H.Y en sus</b><br>(Fédération Française de Hatha Yoga)           | 34 €  |

Réduction de 10 % pour les couples à calculer sur le montant total hors carte de membre et cotisation > Arrondir à l'euro

**Pour toute information, merci de contacter :**  
Annie DÉMOLIS : 04 50 36 23 08 - demolis.annie@orange.fr

## FICHE D'INSCRIPTION

**À remplir en majuscules et de manière individuelle**

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Adresse : .....

Téléphone : .....

E - mail (**en majuscule**) : .....

Inscription en couple  
Nom de votre conjoint (e) : .....

**Cocher le ou les cours choisis :**

Lundi 12h15       Mardi 9h       Mardi 18h

Mercredi 19h30       Jeudi 9h       Jeudi 19h

**Règlement par chèque à joindre impérativement au bulletin :**

Tarif choisi : ..... + 34 € (cotisation à la FFHY)

**Soit un chèque d'un total de : ..... à l'ordre du B.Y.C**

Merci d'envoyer la fiche d'inscription  
avec votre règlement à :

**Mme Annie DÉMOLIS  
443 route de la Charniaz  
74380 Bonne**

## ASSURANCE INDIVIDUELLE ACCIDENT / ASSISTANCE

Une pratique physique vous expose nécessairement à des dommages corporels et il est donc important de se protéger par la souscription d'une assurance adaptée, à tarif négocié par la FFHY.

COVEA RISKS garantit l'ensemble des adhérents de la Fédération Française de Hatha Yoga.

Je déclare avoir pris connaissance du résumé des conditions générales proposées par la FFHY figurant sur le site Internet de la FFHY à l'adresse [www.ff.hatha-yoga.com](http://www.ff.hatha-yoga.com) rubrique « le contrat d'assurance » et accepte l'ensemble des garanties proposées.

J'accepte l'assurance Individuelle Accident et Assistance proposée coût de 0,50 € déjà incluse dans l'adhésion.

Je déclare m'inscrire à la F.F.H.Y et au Bonne Yoga Club aux conditions détaillées ci -dessus.

Fait à : ....., le.....

Signature de l'adhérent :