

# YOGA

Par soucis de transparence et de justesse, je me permets d'afficher aussi clairement que possible le squelette qui soutient les cours et je vous remercie par avance pour votre contribution.

C'est important pour moi d'établir ce cadre car cela m'offre davantage de sérénité et cela contribue à soutenir la qualité d'attention, essentielle pour l'exploration que nous faisons ensemble.

Vous êtes les bienvenu.e.s à poser toute autre question.

## Tarifs

### Cours de Hatha Yoga (1h30)

Merci de bien noter que le paiement se fait le jour de l'inscription en remplissant la fiche accompagnée du paiement, ou au plus tard dans les deux semaines suivants la rentrée.

Merci, cela m'aide fortement à être plus sereine dans mon organisation.

**Inscription à l'année** : 35 séances : 370€ (+ 5 cours vidéos)

- Pour les personnes inscrites à l'année : forfait 2 cours/ semaine : 110€ supplémentaire. Soit 480€ l'année 2 cours/ semaine.

Ceci est possible sur le créneau du lundi matin 10h30 - 12h ou du mardi 12h15 - 13h45 à Figeac ou pour le cours de yoga nidra à Felzins, le jeudi tous les 15 jours.

**Carte de 10 cours** : 130€ (valable 4 mois à partir du jour de l'inscription)

**Tarif au cours** (venue exceptionnelle, pensez à me prévenir) : 15€

**Cours particulier 1h30**: 60€

- Pour les créneaux les plus chargés et où les places sont limitées, la priorité est donnée aux personnes inscrites à l'année.
- Possibilité d'échelonner les paiements et de régler par chèques (3 à 6 chèques max.)

Les abonnements sont lissés sur l'année et incluent l'arrêt des cours lors de chaque période de vacances scolaires

### Cours de yoga nidra (1h30) - Tous les 15 jours

**A l'année** : 18 séances : 200€

**Tarif au cours** : 15€

**Forfait 6 cours** : 78€

Une difficulté financière ne doit pas être un empêchement, n'hésitez pas à me faire part de vos difficultés du moment si un cours de yoga vous tient à coeur.

## **Essais**

**Cours d'essai en septembre/octobre : 5 euros**

Pour les essais en cours d'année, c'est possible. Veuillez simplement me contacter avant, cela me permet de savoir s'il y a de place sur le créneau demandé et de connaître les besoins et/ou éventuelles blessures.

## **Remboursement**

Veuillez noter qu'aucun remboursement n'est possible.

## **Absences**

Je vous invite à me tenir informée si vous êtes absent.e.s de manière prolongée.

## **Rattrapages**

N'ayant plus la possibilité de proposer les rattrapages sur des créneaux car les places sont limitées. Pour les personnes inscrites à l'année 5 séances vidéos d'1h30 sont offertes afin de pallier aux absences possibles durant l'année, et vous permettre de pratiquer quand vous le pourrez. (Envoie par mail ou partage sur clé USB)

## **Horaires**

L'heure mentionnée est l'heure à laquelle le cours commence.

Je vous invite à arriver 5 minutes avant au moins pour prendre le temps de vous installer.

## **Retard**

S'ils sont occasionnels, pas de panique, ça arrive ! Afin de contribuer à favoriser le calme en début de séance, je vous demanderai simplement d'attendre derrière la porte ou le rideau que je vienne vous chercher au moment opportun. N'hésitez pas à prendre ce temps pour arriver de votre journée et prendre quelques respirations.

## **Nouveau créneau**

Ils seront maintenus s'il y a un minimum de 5 personnes.