

# Formulaire d'inscription

## MAHA SADHANA – Ateliers quatre saisons

### Longues pratiques de Yoga et d'Ayurveda

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Tél. : ..... Mail : .....

Date d'inscription : .....

Les ateliers de Yoga et d'Ayurveda sont l'occasion d'approfondir la pratique hebdomadaire et personnelle de Yoga. Lors des *Maha Sadhana*, des sessions de trois heures, nous pratiquerons ensemble le Yoga de l'Energie à la lumière des enseignements de l'Ayurveda, cette science indienne si liée au Yoga.

C'est une occasion pour aller un peu plus en profondeur dans ces enseignements qui seront adaptés à la saison. Au programme, une pratique posturale dédiée à préparer l'entrée en saison accompagnée d'exercices spécifiques (par ex. : Yoga Nidra, méditations à thème, visualisations, *bhavana*, etc.) et, bien entendu, de précieux conseils ayurvédiques pour accueillir les changements de saison au mieux.

Le programme sera communiqué au plus tard une semaine avant la date de l'atelier.

Pratiquez-vous ou avez-vous pratiqué le Yoga hors de l'association S.M.Y.L.E. Pyrénées ? .....

Si oui, quel type et depuis combien de temps ? .....

.....

Rencontrez-vous des difficultés qui vous contraignent physiquement ? .....

Si oui, lesquelles ? .....

.....

Avez-vous des allergies alimentaires ? .....

Si oui, lesquelles ? .....

Souhaitez-vous porter à ma connaissance un fait qui vous semble important ? .....

Si oui, lequel ? .....

.....

**Les ateliers se dérouleront  
le samedi matin de 9h à 12h  
à l'école maternelle d'Arreau**

Ateliers	Date
Maha Sadhana d'automne	Samedi 23 septembre 2023
Maha Sadhana d'hiver	Samedi 16 décembre 2023
Maha Sadhana de printemps	Samedi 22 mars 2024
Maha Sadhana d'été	Samedi 22 juin 2024

**Conditions financières :**

Les ateliers sont proposés par le biais de l'association S.M.Y.L.E. Pyrénées. Les adhérents bénéficient donc de tarifs préférentiels.

La participation aux ateliers n'est pas limitée aux adhérents de l'association. Toute personne non-adhérente peut participer à un ou plusieurs ateliers.

Ateliers	Adhérents	Non-adhérents
1 atelier	30€	40€
2 ateliers	60€	80€
3 ateliers	90€	120€
4 ateliers	120€	160€
Forfait 4 saisons ( <b>à souscrire avant le 15 octobre 2023 au plus tard</b> )	90€	120€

Les non-adhérents qui souhaiteraient bénéficier du tarif préférentiel sont invités à compléter et à me transmettre avec le présent formulaire la fiche d'adhésion disponible sur le site <https://www.yogarc-pyrenees.org/cours-tarifs> accompagnée de leur adhésion (12€ pour l'année).

Les personnes rencontrant des difficultés financières peuvent bénéficier d'une réduction de 10% sur les tarifs des ateliers sur présentation d'un justificatif.

Afin de valider votre inscription à l'un ou plusieurs ateliers, merci de me transmettre cette fiche d'inscription dûment complétée accompagnée d'un acompte de 30% ainsi que, le cas échéant, votre adhésion à l'association. Le règlement du solde intervient au plus tard

- le jour de l'atelier choisi si vous ne participez qu'à 1 atelier ;
- le jour du second atelier dans les autres cas.

La souscription du forfait 4 saisons peut intervenir jusqu'au 15 octobre 2023 inclus et le paiement interviendra au plus tard lors de l'atelier de décembre.

Si toutefois **vous souhaitez participer aux quatre ateliers et régler en plusieurs paiements**, merci de me l'indiquer. Dans cette hypothèse, il vous sera demandé

- de régler l'acompte de 30% avec votre inscription,
- de verser 30% supplémentaires au plus tard lors du second atelier le 16 décembre 2023,
- de régler le solde au plus tard lors du troisième atelier le 22 mars 2024.

Pour toute question contacter Baptiste au 06.52.95.80.11.

Formulaire à remettre en personne ou à transmettre à [smylepyrenees@gmail.com](mailto:smylepyrenees@gmail.com)

# Formulaire d'engagement

Je souhaite m'inscrire aux Maha Sadhana, longues pratiques de Yoga et d'Ayurveda organisées par Baptiste Maruca-Miceli et S.M.Y.L.E. Pyrénées à l'école maternelle d'Arreau aux dates suivantes :

Ateliers	Cocher
Maha Sadhana d'automne	
Maha Sadhana d'hiver	
Maha Sadhana de printemps	
Maha Sadhana d'été	

Je reconnais et accepte les conditions financières décrites dans le formulaire d'inscription qui précède et m'engage en conséquence à **verser avec la présente fiche d'inscription un acompte de 30%** :

## JE SUIS ADHERENT.E OU SOUHAITE ADHERER

Adhésion (uniquement si je souhaite adhérer) .....	12€
1 atelier .....	9€
2 ateliers .....	18€
3 ateliers .....	27€
4 ateliers .....	36€
Forfait 4 saisons ( <u>à souscrire avant le 15 octobre 2023 inclus</u> ) .....	27€

## JE NE SUIS PAS ADHERENT.E

1 atelier .....	12€
2 ateliers .....	24€
3 ateliers .....	36€
4 ateliers .....	48€
Forfait 4 saisons ( <u>à souscrire avant le 15 octobre 2023 inclus</u> ) .....	36€

Je m'engage à payer le solde selon les conditions financières décrites dans le formulaire d'inscription, à savoir, **au plus tard le jour du premier atelier auquel je participe** ou,

si je participe aux quatre ateliers et souhaite une facilité de paiement (cocher la case  ),  
je verse **30% supplémentaires le 16 décembre 2023** soit

- 36€ pour les adhérents sans forfait,
- 27€ pour les adhérents avec forfait,
- 48€ pour les non-adhérents sans forfait,
- 36€ pour les non-adhérents avec forfait,

puis paie le **solde au plus tard le 22 mars 2024**, soit

- 48€ pour les adhérents sans forfait,
- 36€ pour les adhérents avec forfait,
- 64€ pour les non-adhérents sans forfait,
- 48€ pour les non-adhérents avec forfait.

En apposant ma signature, je reconnais et accepte les conditions établies dans le formulaire d'inscription et m'engage selon les modalités prévues dans le formulaire d'engagement.

Date :

Signature :