



# ASSOCIATION « YOGA POUR MOI »

---

## REGLEMENT INTERIEUR 2023-2024

### Article 1 – Présentation de l'association

L'association « Yoga pour Moi » a pour objet de faire connaître le YOGA à tous les publics possibles, à travers des séances de pratique de cette discipline corporelle. Elle s'attachera à aider ses adhérents à trouver le style de pratique qui leur correspond le mieux, et à acquérir une certaine autonomie, pour un mieux-être quotidien.

Les enseignants ont une expérience significative du Yoga et sont formés à l'enseignement, notamment à l'Ecole Française de Yoga, Viniyoga ou d'autres écoles respectueuses de l'Être.

### Article 2 - Conditions d'adhésion

L'association est ouverte à toute personne de plus de 18 ans, sans condition ni distinction. Dans le cadre de cours spécifiquement orientés vers un public mineur (yoga pour enfants ou pour adolescents), c'est le représentant légal qui est engagé.

### Article 3 – Tarif d'adhésion aux cours collectifs

La cotisation annuelle s'élève à 15 euros. Elle est obligatoire pour pouvoir s'inscrire aux cours de pratique du Yoga, en cours hebdomadaire. Elle permet de profiter en plus des cours ponctuels. Pour bénéficier seulement des cours ponctuels, comme les ateliers du samedi matin, la cotisation annuelle est de 5 euros.

### Article 4- Cours collectifs hebdomadaires de pratique

Les cours hebdomadaires ont essentiellement lieu à la maison des associations ou au LCR de la Côte-des-Carières de Jouy-le-Moutier. Selon les opportunités, d'autres lieux dans la ville de Jouy-le-Moutier, ou dans des villes voisines pourront faire l'objet d'une offre de cours additionnels. Sauf exception, les cours n'ont pas lieu pendant les vacances scolaires.

L'association garantit la tenue des séances tout au long de l'année. Si, pour des raisons imprévues, le professeur est empêché, l'association fera son possible pour remplacer le professeur par un autre enseignant d'une formation comparable. Si toutefois des annulations de cours ont lieu, l'association s'engage à dédommager les adhérents, et ce, à partir de la quatrième date annulée.

### Article 5 - Cours individuels de pratique

L'Association propose à ses adhérents une formule optionnelle de cours individuels ponctuels à programmer dans l'année, avec leur professeur habituel. L'objectif est d'approfondir la pratique de manière toujours plus adaptée à la personne.



#### Article 6 – Ponctualité / silence

Pour le bon déroulement des séances, il est demandé aux pratiquants de respecter les horaires prévus. Le Hatha Yoga étant une pratique d'intériorité, il est demandé à chacun de respecter le plus possible le silence pendant et après la pratique, sauf si le professeur annonce au préalable un temps de dialogue partagé.

#### Article 7 – Tenue et matériel

Chaque pratiquant devra venir avec son propre tapis de sol. Il viendra avec ses propres coussins ou autres accessoires si besoin. Il est recommandé d'être vêtu d'une tenue souple pour pouvoir réaliser les mouvements sans gêne. La nuque doit être dégagée, afin de permettre à l'enseignant de vérifier que le pratiquant ne met pas en danger sa colonne cervicale.

#### Article 8 – Assurance

L'association a souscrit une assurance Responsabilité Civile, qui permet aux adhérents pratiquants de bénéficier d'une assurance dommages corporels. Contrat MACIF : n° sociétaire 15589084.

#### Article 9– Usage des locaux

Il est demandé de respecter les locaux où se déroulent les séances.

#### Article 10 – Capacités physiques

Les adhérents pratiquants devront présenter un certificat médical d'aptitude à la pratique du yoga, au plus tard au deuxième cours. Le certificat doit être renouvelé tous les 3 ans. Dans l'intervalle, il faudra fournir le formulaire CERFA N°15699\*01, en le datant et en le signant. Celui-ci- devra être rempli avec honnêteté. Si ce questionnaire révèle des fragilités potentielles, il faudra un certificat médical.

Les pratiquants s'engagent à signaler toute fragilité physique survenue au cours de l'année et pouvant gêner la pratique du Hatha Yoga ou entraîner des risques corporels. Il est rappelé qu'un avis médical est toujours recommandé.

Par ailleurs, en cas d'état grippal ou de rhume la pratique du Hatha Yoga n'est pas recommandée. C'est pourquoi les membres sont invités à rester chez eux s'ils sont concernés.

#### Article 11 – En période de Covid19

Les membres de l'association se soumettent aux obligations légales et recommandations sanitaires en vigueur.

#### Article 11– Présence, absence

Afin de garantir une bonne évolution tout au long de l'année, les pratiquants sont supposés être présents aux cours. En cas d'empêchement, il est préférable de prévenir l'enseignant au préalable. L'association n'est pas tenue d'offrir de séance de rattrapage. Toutefois, s'il y a de la place, le professeur pourra éventuellement proposer d'assister à un autre cours dans la même semaine.



En cas d'abandon par le pratiquant en cours d'année, aucun remboursement ne pourra être demandé à l'association pour quelque raison que ce soit (santé, grossesse, changement professionnel, déménagement, ou autre...).

#### Article 12 – Tarifs des cours de pratique

- Cours collectifs pour adultes : l'inscription annuelle aux cours hebdomadaires de pratique s'élève à 220 euros l'année pour les séances de Yoga d'une heure et demie, 200 euros pour un cours d'une heure et quinze minutes, à 170 euros l'année pour les séances de Yoga d'une heure. En cas de commencement en cours d'année, un tarif au prorata du nombre de mois de pratique sera appliqué.

#### Article 13 – Évènements ponctuels

L'association pourra proposer ponctuellement des cours supplémentaires ou des conférences, au cours de l'année. Les conditions de participation seront précisées au cas par cas.

#### Article 14 – Mesures spécifiques

En cas de mesures nationales spécifiques liées par exemple à un risque de pandémie sanitaire, et venant modifier significativement les conditions de pratique, l'association s'efforcera de proposer une formule pour continuer les cours à distance si besoin. Dans ce cas aucun remboursement ne pourra être demandé.

#### Article 15 – Assemblée Générale

L'association convoquera ses membres à une assemblée générale annuelle, qui sera l'occasion pour eux de prendre connaissance de la gestion de l'association, et de s'exprimer.