

Règlement intérieur

Les pratiques :

• Le Hatha Yoga (postures) et Yoga Nidra (relaxation).

Mon parcours :

- diplôme de professeure de Yoga de la FFHY (1996) sous la direction et l'enseignement de Shri Mahesh
- certification du RYE (2003/2004) sous la direction et l'enseignement Micheline Flak
- différentes formations complémentaires qui enrichissent mon enseignement depuis bientôt 30 ans (Lav Sharma, Kiran Vyas, Maurice Daubard, Lionel Coudron, Blandine Calais-Germain, Eva Ruchpaul...)

• Le Yoga du Cœur Subtil

L'enseignement de Dominique et Sabéra Ramassamy que je suis depuis 2005, est une pratique non posturale qui propose, à travers des techniques méditatives simples, de mieux connaître, reconnaître toutes les parts qui sont en nous (mental, émotionnel, égo, petit moi...) et de les harmoniser, de les unifier (Yoga = unité, union) à la part merveilleuse qui est Justesse, Douceur, Joie, Sérénité... du Cœur.

Conditions générales :

L'année commencée est due (en dehors de la séance d'essai).

Quand vous êtes inscrit à un horaire, il est préférable de ne pas en changer.

Important :

Pour toutes restrictions médicales ou problèmes de santé (physique, psychique, etcetera) vous devez vous entretenir avec votre médecin avant le début des cours.

Les pratiques proposées n'ont en aucun cas un caractère thérapeutique. Il vous appartient de consulter les thérapeutes et/ou médecins de votre choix et dans tous les cas il vous est demandé de présenter l'auto-questionnaire santé ou un **certificat médical** d'aptitude à la pratique du Yoga.

Pour votre confort :

Pensez à prendre un tapis pour bien vous isoler du sol, une couverture ou un plaid et un petit coussin pour la tête ou/et la posture assise.

Évitez : d'avoir mangé avant la séance, de vous parfumer, de garder votre portable allumé.

Merci d'arriver au plus tôt 15 minutes avant le cours et au moins 5 minutes avant le cours.

Merci de prévenir si vous ne pouvez assister au cours.

Protection des données :

Les données personnelles des fiches d'inscription et documents transmis (matérialisés ou dématérialisés) restent confidentielles à Yogagliardi sans limite de durée dans le but de connaître un minimum les pratiquants (nom, prénom, âge...) et de les informer utilement (e-mails, newsletter, annulation d'un cours, reprise des cours...).

Conformément à la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978 et au RGPD du 25 mai 2018, vous disposez à tout moment d'un droit d'accès, de rectification et de suppression des données personnelles vous concernant.

Si vous souhaitez exercer ce droit, il vous suffit d'en faire la demande par e-mail auprès de **Yogagliardi : isabelle@yogagliardi.fr**

Salle de cours, sécurité, hygiène et respect :

En ce qui concerne les dispositions générales en matière d'hygiène, de sécurité des locaux qui nous accueillent ainsi que du respect des personnes et du lieu, c'est le règlement intérieur de ces locaux qui fait foi. Celui de la Rotonde Alisa est consultable dans le hall de la salle et sur **www.rotondealisa.fr**. Pour rappel du règlement intérieur : « En cas de non-respect de ce règlement intérieur, de comportement ou de dégradation préjudiciable à la sécurité ou au bon fonctionnement du lieu et au respect des personnes, la SCI la Rotonde Alisa ainsi que chaque professeur dispensant des cours dans son enceinte se réservent le droit d'exclure sans préavis tout contrevenant au règlement ou toute personne dont la conduite serait contraire aux règles de bienséance ou inappropriée, sans autre dédommagement.

Affiliation à la Fédération Française de Hatha Yoga :

Adhérente depuis 1987 sans interruption, j'ai pu mesurer durant toutes ces années le travail accompli par la Fédération tant au niveau national qu'au niveau régional.

Le Yoga a maintenant ces lettres de noblesse et vous pouvez adhérer à la FFHY pour :

- recevoir à la revue Namaskar : 4 numéros par an de 20 pages
- avoir la caution de la FFHY (label garantie de la qualité de l'enseignement)
- souscrire une assurance (responsabilité civile, dommages corporels résultant d'accidents) vous dispensant de prendre une assurance spécifique
- avoir accès aux divers enseignements nationaux et régionaux (l'antenne Centre-Auvergne se situe à Laschamps) à une tarification réduite, tout au long de l'année

Montant de l'adhésion : 36€ directement au siège de la FFHY ou par mon intermédiaire si vous le souhaitez. **Site :** ffhy.eu

YogaGliardi

06 12 27 17 05 • isabelle@yogagliardi.fr

www.yogagliardi.fr