



LYRENZOI

Le sens de l'habitat ... le sens de soi !

Cours de Kundalini Yoga

FICHE D'INSCRIPTION & DE RENSEIGNEMENTS

Nom Prénom

Date de naissance

Profession

Adresse

Tel E-mail

Quelle est votre expérience du Yoga ?
.....

Avez-vous des problèmes de santé que vous jugez utile de me faire connaître ?
.....
.....

Suivez-vous un programme de santé spécifique actuellement ?
.....
.....

Quelles sont vos attentes ?
.....
.....

Comment avez-vous découvert ce cours ?
.....

Début des cours

Pour les cours en salle, veuillez arriver 10 à 15 mn en avance afin que le cours puisse démarrer à l'heure et ne pas être perturbé.

Le Kundalini Yoga n'est pas une médecine

Il n'a jamais été créé pour pallier la maladie ni pour être un système de guérison.

Ce n'est pas un modèle thérapeutique en soi, même si ses bienfaits thérapeutiques sont énormes.

Par contre, c'est une science qui permet d'exceller et de s'épanouir en tant qu'être humain.

Grossesse & menstruations

Certains exercices ne se pratiquent pas durant la grossesse ou les menstruations, dans quels cas des variantes de pratiques sont toujours proposées durant les cours.

Vous pouvez vous référer à l'imprimé sur les « Recommandations » pour plus d'informations ou demander au professeur.

Vous êtes responsables de votre propre santé

Nous vous invitons à commencer votre apprentissage du Yoga avec enthousiasme. Cependant, vous êtes vivement encouragé à faire preuve de prudence dans l'évaluation de vos limites, lors des exercices effectués en cours.

Les enseignements et les conseils offerts dans ce cours de Kundalini Yoga ne remplacent pas le suivi médical ou psychologique de tout problème de santé.

Si vous n'êtes pas sûr que le Yoga vous soit recommandé, si vous avez une blessure ou un problème de santé, veuillez consulter votre médecin au préalable. N'aggravez pas une blessure existante.

Date :

Signature :