



CONTRAT COURS COLLECTIFS YOGA/SOPHRO/YOGI'SO

Le travail : Chaque séance d'1 heure se compose :

- D'un temps d'accueil et installation
- Votre pratique Yoga, Sophro ou Yogi'So
- Un temps d'écoute de vos ressentis sur la séance.

L'entraînement personnel : La notion d'entraînement personnel est très importante pour arriver à une pratique régulière et autonome.

Le rythme des séances : Séance d'1 heure par semaine hors vacances scolaires.

Absences : Si vous êtes absent à votre cours cela est de votre responsabilité et vous pourrez rattraper votre séance sur un autre créneau horaire dans la mesure des places disponibles Les absences qui seront de mon fait seront systématiquement rattrapées.

Annulation : Toute séance non annulée 24h à l'avance au minimum est considérée comme due et effectuée.

Le tarif : Voir fiche d'inscription. Aucun remboursement ne sera effectué.

LES MESURES SPECIFIQUES COVID-19 : cochez toutes les cases

- Le port du masque est obligatoire pour circuler dans le Pôle Santé dès votre arrivée
- Se laver les mains au gel hydro alcoolique à votre arrivée, avant et après votre séance
- Prise de température avant d'entrer dans la salle de pratique. **OBLIGATOIRE** avec un maximum de 37,8C°
- Facultatif : télécharger l'application STOP COVID
- La salle de pratique est désinfectée tous les jours
- Les tapis et matériel sont désinfectés entre chaque séance
- La salle de pratique est équipée d'un purificateur d'air et un système d'extracteur d'air a été mis en place (cf.fiche PDF)
- La salle est organisée afin de maintenir une distanciation sociale de 1 m
- Les horaires ont été rajoutés pour pouvoir maintenir une distanciation sociale entre chaque élève. Les créneaux de 12h30 et du soir (18h15 et 19h30) sont réservés en priorité aux personnes qui travaillent et/ou qui ont des enfants.
- Suite à l'ensemble de ses mesures, le port du masque reste obligatoire et est de la responsabilité de chacun pendant la pratique.
- S'engager à rester chez soi en cas de fièvre ou de symptômes de quelques maladies que ce soit (gastro, angine, rhume, grippe...)
- Apporter votre coussin et plaid
- Les vestiaires seront disponibles pour les personnes qui travaillent et dans la mesure du possible arrivez en tenue.



LBP SOPHROLOGIE 10, avenue Alsace Lorraine 38000 GRENOBLE
0 645 600 254 gepaci13@gmail.com www.lbpsophrologie.fr

En cas de pandémie et de confinement, les règlements seront suspendus. C'est pourquoi je vous demande de me régler en plusieurs fois pour plus de souplesse. Les cours seront assurés à distance et j'aviserais le moment venu.

La ponctualité : J'insiste sur la qualité du temps de pratique de chacun. Il est important que les horaires de cours soient respectés. Vous arriverez 10 minutes avant le début du cours pour vous préparer et que je puisse prendre votre température. Les cours débuteront aux heures indiqués et la porte sera fermée. Tout retardataire sera exclu du cours et la séance due.

Les mesures appliquées pour la prévention des risques dus au COVID 19 sont chronophages et énergétivores. Donc je n'aurai pas de temps à perdre à gendarmier et faire respecter les consignes. Il y va donc de la responsabilité et de la bienveillance réciproque de chacun.

Soyez assurés (es) que je mets tout en œuvre pour préserver votre santé et la mienne et que l'année à venir se déroule bien.

Je reconnais avoir pris connaissance du contrat cours collectifs de sophrologie et je m'engage à le respecter.

Date et signature :