



GUIDE DE L'ADHÉRENT YOGA FLOW



2022 - 2023



LA TEAM



Margaux
Présidente



Virginie
Trésorière



Chloé
Resp. administrative



Rémy
Resp. pédagogique
Vinyasa, Hatha & Yin



Mathilde
Asthanga & Power yoga



Prescillia
Hatha & Yoga doux



Lisa
Vinyasa

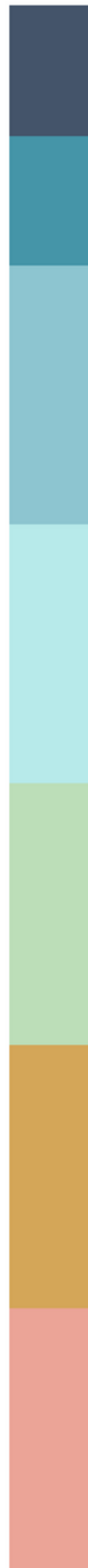


Laure
Aérien



1. Je choisis mon/mes cours hebdomadaire(s)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<p>10h15-11h30 Vinyasa/Hatha Flow - Rémy Tous niveaux</p>	<p>18h15-19h30 Hatha Flow - Prescillia Tous niveaux</p> <p>19h45-21h00 Ashtanga - Mathilde Tous niveaux</p>	<p>10h15-11h30 Hatha - Rémy Tous niveaux</p> <p>17h45-19h00 Vinyasa - Rémy Tous niveaux</p> <p>19h15-20h30 Yin - Rémy Tous niveaux</p> <p>20h45-22h00 Yin - Rémy Tous niveaux</p>	<p>7h15-8h30 Vinyasa - Lisa Tous niveaux</p> <p>18h15-19h30 Ashtanga - Mathilde Tous niveaux</p> <p>19h45-21h00 Vinyasa/Yin - Rémy & Lisa Tous niveaux</p>		<p>10h15-11h30 Yoga aérien Laure</p> <p>5 samedis / an (voir calendrier)</p>



Intensité de la pratique

Yoga Flow se réserve le droit de modifier ou changer le programme de cours en fonction des inscriptions et des imprévus (accessibilité à la salle, confinement ou état de santé d'un encadrant...).

Dans la mesure du possible, une solution de remplacement sera proposée. Ces modifications ne peuvent donner lieu à un remboursement.

Des créneaux seront éventuellement rajoutés en fonction de la demande, ou annulés s'il n'y a pas suffisamment d'inscrits. Dans ce cas, nous vous proposerons de basculer sur un autre créneau ou de vous rembourser l'abonnement.

2. Je choisis mon abonnement

Pour profiter au maximum des bienfaits du yoga, j'inscris ma pratique dans la durée, avec assiduité et engagement.

Je retrouve dans le calendrier les 33 semaines où ont lieu les cours compris dans les abonnements et le découpage des 3 trimestres.

J'aimerais faire 1 cours par semaine ? J'ai le choix entre :

- abonnement trimestriel simple de 11 cours à 154€ (soit 14€ le cours)
- abonnement annuel simple de 33 cours à 396€ (soit 12€ le cours)

J'aimerais faire 2 cours par semaine ? Je profite de la remise **2COURSEM** :

- abonnement trimestriel double de 22 cours à 286€ (13€ le cours)
- abonnement annuel double de 66 cours à 726€ (11€ le cours)

J'aimerais faire 3 cours par semaine ? Je profite de la remise **3COURSEM** :

- abonnement trimestriel triple de 33 cours à 396€ (12€ le cours)
- abonnement annuel triple de 99 cours à 990€ (10€ le cours)

Je choisis l'abonnement qui me convient le mieux. Les abonnements sont payables en mensualités.

Sur HelloAsso, le don n'est pas obligatoire, je peux changer le montant pour 0€.



CALENDRIER STUDIO						
Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	
1	1	1	1	1	1	16
2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28	28
29	29	29	29	29	29	29
30	30	30	30	30	30	30
31	31	31	31	31	31	31

Samedi/Dimanche

Jours fériés

Période découverte

Semaine cours abon.

Cours vacances (en suppl.)

Pas de cours

Si, au cours de l'année, parce que mon planning ou mes contraintes changent, je peux basculer sur un autre créneau hebdomadaire (lundi au vendredi) s'il reste de la place.

J'aimerais faire de la Kundalini yoga, je peux m'inscrire au cours de 3h à l'unité à 32€ ou au parcours complet à 140€ (soit 28€ le cours).

J'aimerais tester le Yoga aérien (10 pers. max), je peux m'inscrire au cours à l'unité à 18€ ou au parcours complet à 80€ (soit 16€ le cours).

J'ai conscience que **toute adhésion ou cotisation versée à l'association est définitivement acquise**. Les abonnements ne sont pas transformables. Je ne pourrai exiger un remboursement, sauf :

- Pour raison médicale, sur justificatif fourni par un médecin. Le justificatif devra :
 - Indiquer le jour de début de l'incapacité de pratique et sa durée. Seule la durée de la période indiquée par le justificatif sera prise en compte pour un remboursement.
 - Dans le cas d'un prolongement de l'incapacité au-delà de celle initialement indiquée, un deuxième justificatif devra être fourni afin d'envisager un remboursement.
 - Aucun remboursement ne sera fait dans le cas où le justificatif indique une incapacité de pratique débutant à une date hors période couverte par l'abonnement.
 - Seuls les arrêts supérieurs à 1 mois seront remboursés. Sinon, les cours devront être rattrapés.
- Pour déménagement hors département uniquement, sur présentation d'un justificatif de domicile au nom de l'abonné et daté.

Dans les deux cas cités ci-avant :

- les justificatifs devront être fournis dans les 30 jours suivant l'interruption de l'abonnement afin d'obtenir un remboursement débutant à la date indiquée sur le justificatif. Dans le cas où le justificatif est fourni hors délai, le remboursement débutera à date de réception du justificatif.
- les justificatifs devront être fournis durant la période couverte par l'adhésion (du 1er septembre au 31 août) et les remboursements seront calculés au prorata de l'année écoulée et selon le tarif correspondant à l'abonnement souscrit.
- Aucun délai de remboursement n'est donné, le Bureau effectuera le remboursement en fonction de sa capacité d'action et de la bonne réception de l'ensemble des différents justificatifs attendus.

YOGA FLOW 2022-2023

Mars	Avril	Mai	Jun	Juillet	Août
1 18	1 Medhi Zhidane	1	1	1	1 Horaire à définir
2	2 accroyoga	2	2	2	2 Horaire à définir
3	3	3 25	3	3	3 Horaire à définir
4	4	4	4	4	4
5	5 23	5	5	5 33	5
6	6	6	6	6	6
7	7 19h30 Cercle de femmes	7	7 29	7	7
8 19	8 Yoga aérien	8	8	8 Yoga aérien	8 Horaire à définir
9	9	9	9	9	9 Horaire à définir
10	10	10 26	10 Yoga aérien	10 Rattrap. 29/O5	10 Horaire à définir
11 Yoga aérien	11	11	11	11 Horaire à définir	11
12	12 24	12 19h30 Cercle de femmes	12	12 Horaire à définir	12
13	13	13 Yoga aérien	13	13	13
14	14	14 Yoga brunch été	14 30	14	14
15 20	15	15 Rattrap. 8/O5	15	15	15
16	16 Journée stage	16	16	16	16 Horaire à définir
17 19h30 Cercle de femmes	17 Rattrap. 10/O4	17	17	17	17 Horaire à définir
18	18 Horaire à définir	18	18 JMY/Pique-Nique	18 Horaire à définir	18
19 Yoga brunch printemps	19 Rattrap. 1/O5	19	19	19 Horaire à définir	19
20	20 Horaire à définir	20	20	20 Horaire à définir	20
21	21	21	21 31	21	21
22 21	22	22	22	22	22 Horaire à définir
23	23	23	23	23	23 Horaire à définir
24	24	24 27	24	24	24 Horaire à définir
25	25	25	25	25	25 Horaire à définir
26	26	26	26	26	26 Horaire à définir
27	27	27 Retraite Urbaine	27	27	27 Horaire à définir
28	28	28	28 32	28	28
29 22	29	29	29	29	29
30	30	30	30	30	30
31	31	31 28	31	31	31

Rattrapage jours fériés

Événements (en suppl.)

Fin de trimestre

peut être soumis à modifications au cours de l'année

3. Je me rends à mon cours

Le studio est situé au 6 rue Guillemé à La Roche sur Yon - 5e étage (première porte blanche à droite dans la galerie entre le tatoueur et la Cave à vin nature).

Le studio ouvre ses portes 15 minutes avant le début du cours et est fermé dès que celui-ci commence.

Sur place, j'ai accès à des vestiaires pour me changer, et à tout le matériel de yoga pour ma pratique.

Pour le cours, j'ai besoin d'une tenue confortable dans laquelle bouger, d'un paréo ou d'un plaid pour me couvrir pendant la relaxation et d'une gourde si j'ai souvent soif.



4. Si, une semaine, je ne peux pas venir à mon cours

J'ai une réunion ou un rendez-vous important qui s'est planifié lors de mon cours habituel ou j'ai un emploi avec des plannings changeants, je préviens Chloé par mail (contact@yogaflowwithremy.com) le plus tôt possible de mon absence et propose de rattraper mon cours sur un autre créneau, dans l'idéal, dans les 15 jours suivants.

Si une place est disponible, Chloé me réserve un tapis sur le créneau demandé, et prévient les enseignants concernés.

Je comprends que, pour des raisons d'organisation, ma demande doit être envoyée au moins 24h (jours ouvrés) avant mon annulation, sinon mon cours est perdu.

J'ai conscience que je dois rattraper mes cours durant mon abonnement en cours, et que les cours non rattrapés sont définitivement perdus et ne pourront pas être remboursés.

5. Je veux continuer à pratiquer pendant les vacances

J'ai vu sur le calendrier que pendant certaines semaines des vacances scolaires, des cours sont proposés. Ces cours sont en dehors des abonnements. Je peux y participer en achetant ma place (12€ le cours pour les abonnés) sur HelloAsso : <https://www.helloasso.com/associations/yoga-flow-association>

Je ne peux pas rattraper mes cours manqués pendant l'année sur ces créneaux spéciaux.

6. Je reçois la newsletter

Je donne mon accord pour être inscrit à la newsletter, le moyen de communication préféré de la team Yoga Flow avec ses adhérents. Je suis tenu informé de la vie du studio et je reçois en priorité les ouvertures aux billetteries des événements organisés par Yoga Flow et ses partenaires au cours de l'année.

