



## **ASSOCIATION « YOGA POUR SOI »**

---

### **REGLEMENT INTERIEUR 2024-2025**

#### **Article 1 – Présentation de l'association**

L'association « Yoga pour Soi » 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, à Paris et à la Viniyoga Fondation.

#### **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.

#### **Article 4- Cours collectifs hebdomadaires de pratique**

Les cours hebdomadaires ont essentiellement lieu à

- la maison des associations 10 pl Impressionnistes 95520 Osny.
- la Salle Caméléon (Louvrais), av Rédouane Bougara 95300 PONTOISE
- l'Espace Larris-Maradas (Parc des Larris), av. de l'Est 95300 PONTOISE

Selon les opportunités, d'autres lieux dans la ville d'Osny, 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 l'ouverture d'un cours dès qu'il y a 7 personnes minimum inscrites. Elle assurera 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, ou pour reprogrammer le cours en accord avec les personnes inscrites. 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 peut éventuellement proposer 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 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 auprès de la MACIF, qui permet aux adhérents pratiquants de bénéficier d'une assurance dommages corporels. Ce contrat ne couvre pas certains dommages comme la perte de salaire.

#### Article 9– Usage des locaux

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

#### Article 10 – Capacités physiques

Les adhérents pratiquants ne sont pas tenus de présenter un certificat médical d'aptitude à la pratique du yoga. Toutefois il est demandé de se procurer le formulaire CERFA n°15699\*01, et de le remplir avec honnêteté. Si ce questionnaire révèle des fragilités, il est impératif de consulter un médecin pour vérifier son aptitude à la pratique du yoga.

Les pratiquants s'engagent à signaler au professeur toute fragilité physique ou autre, pouvant gêner la pratique du Yoga ou entraîner des risques corporels. Il est rappelé qu'un avis médical est toujours recommandé. Les professeurs respecteront la confidentialité des informations de santé des pratiquants.

Par ailleurs, en cas d'état grippal ou de rhume la pratique du 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 12– 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.

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 13 – Tarifs des cours de pratique

Cours collectifs pour adultes / enfants: l'inscription annuelle aux cours hebdomadaires de pratique s'élève à 250 euros l'année pour les séances de Yoga d'une heure et demie, à 230 euros l'année pour des séances d'une heure quinze et à 210 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 14 – Évènements ponctuels

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

#### Article 15 – 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 16 – 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.