



# Fiche d'inscription

Prénom et nom : .....

Date de naissance : .....

Adresse postale : .....

Adresse email : .....

Téléphone : .....

Pratiquez-vous le yoga ? Si oui, quel type ? .....

Anciennes blessures, soucis de santé de manière générale : .....

Avez-vous déjà une pratique de communication non violente ? .....

Personne à contacter en cas d'urgence : .....

**Remarques particulières concernant l'hébergement (avec d'autres personnes, souhait d'une chambre individuelle avec supplément...) :**

.....  
.....

## Régime alimentaire particulier

Les plats seront végétariens. Merci d'indiquer ci-dessous si vous avez besoin d'un menu particulier :

.....

## Conditions de réservation et d'annulation :

Pour valider votre inscription, veuillez nous faire parvenir :

- Le formulaire d'inscription (par email de préférence : [cindy@omsatyayoga.fr](mailto:cindy@omsatyayoga.fr))
- Un chèque de 30% du montant des frais d'hébergement (hors taxe de séjour) à l'ordre de SAS Les Granges d'Ucafol.
- Un chèque de 30 % du montant des frais pédagogiques à l'ordre de Cindy Da Col.

Ces chèques ne seront encaissés qu'en cas d'annulation de votre part moins d'un mois avant le début de la retraite (à compter du 26/01/2023).

La pratique du yoga peut s'adapter à toutes et à tous, quelque soit le niveau. Cependant, gardez en mémoire qu'une retraite de 5 jours, avec deux cours par jour, peut représenter un effort particulier pour votre corps.

Il n'est pas préférable de vous inscrire à la retraite si vous êtes enceinte et que vous n'avez jamais pratiqué le yoga.

Pas de consommation d'alcool pendant la retraite. Le gîte est entièrement non fumeur (y compris les extérieurs), les consommateurs de tabac sont invité·e·s à s'éloigner sur les chemins et routes environnantes ou le parking.

**Retraite Yoga et Communication authentique – avec Cindy et Margot**  
**Du 26 février au 3 mars 2023 aux Granges d'Ucafol, Laguiole, Aveyron**

Je, soussigné·e .....

Atteste avoir lu les conditions de réservation et d'annulation ci-dessous.

Atteste que mon état de santé me permet de pratiquer le yoga.

La professeure ne peut en aucun cas être tenue pour responsable d'un malaise ou d'une blessure accidentelle. En cas d'urgence médicale les secours seront alertés en composant le 18 ou le 15 pour un transport à l'hôpital le plus proche.

J'autorise / je n'autorise pas les organisatrices à me photographier et utiliser mon image pour des supports de communication et les réseaux sociaux (*barrer si besoin*).

J'affirme avoir pris connaissance des conditions de réservation et d'annulation et y adhérer.

Fait à ....., le .....

Signature :

**A joindre à cette fiche d'inscription :**

- Un chèque de 30 % du montant des frais d'hébergement (hors taxe de séjour) à l'ordre de « SAS Les Granges d'Ucafol » (encaissé en cas d'annulation de votre part moins d'un mois avant le début de la retraite)

- Un chèque de 30 % du montant des frais pédagogiques à l'ordre de Cindy Da Col (encaissé en cas d'annulation de votre part moins d'un mois avant le début de la retraite)

- 76€50 jusqu'au 26 novembre 2022 (tarif *Early Bird*)

- 87€ à partir du 27 novembre 2022

Merci pour votre confiance <3