



MODALITES D'INSCRIPTION AUX COURS COLLECTIFS DE YOGA IYENGAR® avec Nathalie Gin - Saison 2025/2026 GRENOBLE ET CLAIX

**La rentrée 2024-2025 sera le 7 septembre 2025. La saison se finira le 20 juin 2026.
Hors vacances et jours fériés.**

Les pré-inscriptions :

- >Les pré-inscriptions pour les anciens élèves commencent dès **le 1er juin 2025**.
Ils ont priorité sur leur choix de créneau.
- >Les pré-inscriptions pour les nouveaux élèves ouvrent **le 23 juin 2025**.

Pour se pré-inscrire :

Merci de :

- Renvoyer les informations demandées (voir ci-dessous) en indiquant le créneau sur lequel vous souhaitez vous pré-inscrire ; par exemple en texte libre par mail - même si vous êtes déjà élève.
- Envoyer votre règlement total ou partiel (merci de privilégier les virements ou les espèces. Les chèques si vous réglez en plusieurs fois)

**Les pré-inscriptions vous garantissent une place à l'année au créneau choisi jusqu'au 24 août.
Vous pouvez librement changer de créneau d'ici là.**

Pour valider votre pré-inscription, :

Vous devez avoir effectué votre règlement (virement ou espèces) avant le 24 août.
Les chèques (si règlement en plusieurs fois) seront encaissés autour du 24 août.

**Autrement, votre place n'est plus réservée et pourra être attribuée à quelqu'un d'autre.
Les inscriptions sont prises par ordre d'arrivée des règlements.**

Les modalités d'inscription :

- La priorité est donnée aux abonnements annuels.
- S'engager sur un abonnement annuel n'est en aucun cas modifiable en cours d'année. Même si vous payez en plusieurs fois, le règlement du montant total de l'abonnement que vous avez choisi (annuel, 6 mois, 10 cours...) est dû avant fin juin 2026.
- Si vous ratez un cours, vous pouvez le rattraper sur n'importe quel autre créneau de la saison en fonction des places disponibles et du niveau du cours. Me demander.
- Pour les cartes 10 cours ou les ateliers, toute annulation sous moins de 24h est due.
- Les cours qui n'ont pas pu être utilisés ni rattrapés avant la fin de la saison ne pourront pas être remboursés ni utilisés pendant les ateliers, cours vacances ou autres sessions spéciales.

YOGA

avec Nathalie GIN

Quelque soit le cours choisi et votre niveau, l'assiduité est fondamentale pour retirer les bénéfices de l'enseignement donné et de votre pratique.

Merci de prévenir en cas d'absence

Les cours :

Si vous ne savez pas quel cours est le plus adapté à votre niveau, n'hésitez pas à m'en parler.

Lundi 17h30 - 18h45 à Claix : Débutants

Lundi 19h - 20h15 à Claix : Tous niveaux

Mardi 12h30 - 13h30 Rue Thiers : 1h Tous niveaux/débutant

Mardi 14h15 - 15h30 Rue Thiers : Doux et « adapté » *

Mardi 17h15 - 18h30 Rue Thiers : Tous niveaux

Mardi 18h45 - 20h15 Rue Thiers : Intermédiaire

Mercredi 12h30 - 13h30 Claix : Débutant

Mercredi 17h30 - 18h45 au Happy Shala : Tous niveaux et 50+

Mercredi 19h - 20h15 au Happy Shala : Débutants

Jeudi 12h30 - 13h30 Rue Thiers : Tous niveaux

Jeudi 18h - 19h15 à Claix : Tous niveaux

> Les niveaux :

Le niveau indiqué des cours est susceptible d'évoluer en fonction des élèves qui s'y inscrivent.

Débutant : Cours adapté en priorité aux débutants qui n'ont jamais pratiqué le Yoga Iyengar

Tous niveaux : Cours ouvert aux débutants ainsi qu'aux personnes ayant déjà pratiqué le Yoga Iyengar

Intermédiaire : Cours adapté aux élèves pratiquant déjà le Yoga Iyengar de façon sérieuse depuis 1 ans minimum et ayant acquis ou étant en cours d'acquisition de Salamba Sirsasana et Salamba Servangasana

Doux et « adapté » : cours qui s'adresse aux personnes ayant une conditions ponctuelle ou régulière qui les limite et ne leur permet pas de suivre aisément un cours classique. Ce cours permet de prendre le temps de mettre en place des variantes adaptées et pertinentes avec un rythme et une intensité plus douce.

Cela peut concerner des personnes en convalescence, des femmes enceintes, des seniors, etc...

Me demander si besoin.

* **astérique :** Indique des cours sur inscription confirmé la veille au tarif unique de 15 euros.

> Les salles :

Happy Shala : 6 rue Voltaire à Grenoble

CEB : 16 rue Thiers à Grenoble

Claix : 8 rue de l'Europe à Claix

YOGA

avec Nathalie GIN

Tarifs

	Abonnement annuel	Carte 10 cours (Valable 4 mois)	Abonnement 6 mois (Jan-juin)	Cours à l'unité	Cours d'essai (valable 1 fois)
Cours de 1h15 et 1h30 à Grenoble	452 €	160 €	Proposé en fonction des places disponibles	18 €	14 €
Cours à Claix et cours de 1h à Grenoble	432 €				
Cours ponctuels et cours adapté	Tarif unique 18 euros. Sur inscription.				

> -15% sur l'abonnement du 2e cours hebdomadaire

> **En complément, prévoir l'adhésion à l'association NATHARAJ de 25 euros/personne - 35 euros/famille**

L'adhésion n'est pas requise pour 1 cours d'essai ou pour 1 atelier mais l'est pour les cours ou ateliers suivants.

> En cas de difficulté financière, parlons-en, nous trouverons un arrangement.

Informations personnelles à transmettre pour l'inscription :

A quel cours souhaitez vous vous inscrire/ pré-inscrire :

Nom, prénom :

Age :

Adresse/ville :

Téléphone :

Profession :

Avez-vous déjà pratiqué le yoga ? Le yoga Iyengar® ?

Si oui, depuis combien de temps ? (Pour le Yoga Iyengar® précisez avec qui)

Avez vous des problèmes de santé, ménopause, ou une grossesse en cours à signaler ?

Autre chose à signaler ?

(La pratique du Yoga est holistique, il est utile que votre enseignant soit au courant de situations ou évènements particulièrement importants dans votre vie - vous restez libre de ne rien partager bien entendu)