

# FORMULAIRE D'ADHESION ELSA PILATES YOGA

A IMPRIMER (2 premières pages) OU DISPONIBLE AU STUDIO

Mme/Mr.....

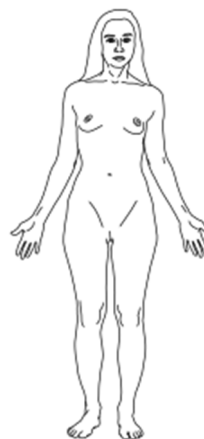
N° tél. ....

E.mail .....

Contact en cas d'urgence (*prénom et téléphone*).....

Avez-vous des informations (grossesse, phase postnatale, reprise du sport après arrêt prolongé, etc.) ou des problématiques de santé que vous souhaitez signaler (douleur aigue ou chronique, hernie, sciatique, articulations, prothèse, arthrose, ostéoporose, etc) ? Mettez une petite marque sur la silhouette ci-dessous :

.....  
.....  
.....



## COCHER VOTRE ou VOS ABONNEMENTS

Valable sur TOUS LES COURS REGULIERS HEBDOMADAIRES hors ateliers du week-end et stages spéciaux.

**Validité : Carnet pris dès le 1<sup>er</sup> Mai 2023, valide jusqu'à fin Juin 2024.**

*En fonction de la météo ou du contexte, certains cours peuvent être annulés, ou changés de lieux et horaires ou remplacés par des cours en ligne sur web par exemple en cas de couvre-feu ou confinement ou fermeture temporaire de salle. Cours dispensés par une équipe de professeurs annoncés ou remplaçant-e-s. Certains professeurs peuvent être absents sur certaines périodes et l'emploi du temps réajusté en conséquence.*

COURS ESSAI DECOUVERTE A L'UNITE 10€

COURS A L'UNITE à 15€

CARNET 10 COURS à 13€ = 130€

CARNET 20 COURS à 12,5€ = 250€

CARNET 30 COURS à 12€ = 360€

# MODALITE DE REGLEMENT

DATE DU cours Essai Payé et non décompté sur la carte : \_\_\_\_\_

DATE DU 1<sup>er</sup> cours à décompter sur la carte : \_\_\_\_\_

TOTAL MONTANT REGLE: \_\_\_\_\_ €

Effectué par :

Espèces

Chèques à l'ordre de Elsa Auré

Nombre de Chèques :.....

Montant chèque 1 :.....

Montant chèque 2 :.....

Montant chèque 3 :...

Fait le \_\_\_\_\_ A \_\_\_\_\_

**Signature**

Avec cette inscription, je m'engage à accepter le règlement du formulaire entier d'inscription (8 pages) ET :

- acheter une carte de un ou plusieurs cours qui est nominative, non cessible et non remboursable valable jusqu'à fin juin 2024
- fournir un certificat médical de non contre indication à la pratique du pilates ou du yoga ou de l'activité choisie. Sans certificat, les cours ne peuvent commencer ou vous engager votre propre responsabilité en cas de problématique
- réserver mes cours en avance sur le site de réservation en ligne par wix ou sur le site web
- en cas d'absence, j'annule 24H avant le cours réservé via le site de réservation, le cours ne sera pas décompté ET dans les moins de 24H avant le cours réservé, le cours sera automatiquement décompté et j'annule au plus tôt par courtoisie sur le site pour libérer ma place
- je préviens de toute annulation non anticipée dans les 24H avant le cours par un sms au 0693854625 ou un mail [elsa.pilates.yoga@gmail.com](mailto:elsa.pilates.yoga@gmail.com)
- prendre cet engagement qui prend effet à date de signature de ce formulaire ou date du paiement du premier cours
- accepter le remplacement de professeurs en cours d'année
- accepter que certains ateliers du week-end sont hors carte d'abonnement
- accepter que certains cours peuvent être annulés ou mis en ligne en fonction de la météo ou du contexte

# FORMULAIRE D'INSCRIPTION COURS COLLECTIF Année scolaire 2022-2023

**ATTENTION, POUR DES COURS DE QUALITE LES PLACES SONT LIMITEES !  
INSCRIPTION TOUTE L'ANNEE DU 1<sup>er</sup> MAI 2023 A FIN JUIN 2024**






## ❖ PLANNING PREVISIONNEL

Ci-dessus un exemple de planning en cours de la saison. Le planning est fixé à la rentrée scolaire pour débiter en Août mais il peut arriver que celui-ci varie en fonction du contexte (Covid ou autre), avec des nouveaux lieux, horaires et intervenants et remplaçants proposés en cours d'année. Il est toujours actualisé sur la page web [www.elsapilatesyoga.com](http://www.elsapilatesyoga.com) Pour la saison 2023/2024 : les cours ont lieu du 1<sup>er</sup> Mai 2023 à fin Juin 2024, hors vacances scolaires.

### Planning ELSA PILATES YOGA ST PIERRE

06 93 85 46 25

[WWW.ELSAPIILATESYOGA.COM](http://WWW.ELSAPIILATESYOGA.COM)

LUNDI STUDIO ST PIERRE	MARDI STUDIO ST PIERRE	MARDI CHU ST PIERRE	MERCREDI STUDIO ST PIERRE	JEUDI STUDIO ST PIERRE	JEUDI YOURTES ST LEU	DIMANCHE STUDIO ST PIERRE
REPRISE Dès le 23 janvier	9h00-10h00 PILATES Débutant Spécial Stretching					9H-11H30 Atelier Cocooning
12h15-13h15 PILATES						Yoga et Relaxation Le 29 Janvier...et autres dates sur site web
17h00-18h00 YOGA DOUX	17h30-18h30 YOGA DOUX	18H00-1900 YOGA Débutant au CHU	17h30-18h30 PILATES Débutant Les Bases	17h30-18h45 YOGA Dynamique Ashtanga	16H15-17H15 PILATES	Avec l'Equipe :    
18h15-19h15 PILATES	18h45-20h00 YOGA Dynamique Ashtanga	19H15-20H15 YOGA Débutant au CHU	18h45-19h45 PILATES		17H30-18H30 PILATES	
19h30-20h30 PILATES	ADRESSES des LIEUX STUDIO Elsa Pilates Yoga St Pierre : 258 Rue Marius et Ary Leblond St Leu : Yourtes en Scène, 103 RN1, route Bord de Mer CHU Terre Sainte St Pierre Salle Orion - Batiment Pole Femme Mere enfant					 Pour les Femmes enceintes : Demandez nous conseil

## ❖ COMMENT NOUS CONTACTER ?

Du lundi au Vendredi de 9H-18H

En **sms de préférence** ou en appel vocal direct, ne pas laisser de messages vocaux sur les messageries s'il vous plaît et laissez toujours vos coordonnées pour être recontacté : nom, prénom mail sur le sms

Téléphone Elsa : 06 93 85 46 25 Mail : [elsa.pilates.yoga@gmail.com](mailto:elsa.pilates.yoga@gmail.com)

## ❖ QUELLE FORMULE CHOISIR POUR LES COURS COLLECTIFS?

Si vous souhaitez prendre plusieurs cours par semaine, vous pouvez par exemple choisir un abonnement annuel pour un cours régulier et prendre une carte flexible !

### **COURS A L'UNITE**

- 1er cours découverte / 10€
- 1 cours de passage à l'unité / 15€

### **CARNETS MULTICOURS pour TOUS LES COURS**

- Carnet 10 cours / (13€/cours) 130€
- Carte 20 cours / (12,5€/cours) 250€
- Carte 30 cours / (12€/cours) 360€

*Réservation obligatoire à l'avance sur l'application Wix ou le site Web*

*Annulation obligatoire -24H à l'avance ,, sinon le cours est automatiquement dû*

## ❖ QUELLE FORMULE CHOISIR POUR PRATIQUER EN LIGNE?

### **COURS avec l'application Zoom**

En cas de couvre-feu ou confinement, les indications seront données sur le site web et facebook ou autre

## ❖ COMMENT PAYER ?

Paiement sur place : en espèces ou chèques, jusqu' à 3 chèques possibles à l'ordre Elsa Auré. PAS DE CARTE BANCAIRE NI VIREMENT AU STUDIO.

## ❖ COMMENT S'INSCRIRE ?

**Etape 1** – EMMENER le formulaire d'inscription ci-dessous avec le règlement sur place + certificat médical de non contre-indication à la pratique du yoga et/ou du pilates et/ou des autres activités choisies . Ou par mail sur :  
elsa.pilates.yoga@gmail.com

**Etape 2** – PRE-RESERVER VOTRE PLACE en ligne pour savoir s'il reste des places disponibles sur le ou les créneaux qui vous intéressent ( emploi du temps à jour dès mi Aout)

>VIA L'APPLICATION WIX ( + pratique) **avec le lien**  
suivant <http://wix.to/t0BNA2k>



Téléchargez l'application **Fit By Wix** Mobile.  
Sur le menu en bas de page, cliquez sur "Mon profil"  
Cliquez sur "Rejoindre avec une invitation"  
Tapez le code d'invitation **POM2NK**,  
puis sur "Suivant"  
Cliquez sur "Rejoindre"

>Ou VIA LE SITE WEB [www.elsapilatesyoga.com](http://www.elsapilatesyoga.com)

**Etape 3** – RECEVEZ VOTRE CARTE D'ABONNEMENT lors de votre premier cours

**Etape 4** – RESERVEZ VOS COURS EN AVANCE en réservant en ligne directement

#### ❖ CONDITIONS D'ANNULATION DE PARTICIPATION AUX COURS

**PLUS DE 24H AVANT LE COURS** : En cas d'impossibilité d'assister à un cours et donc d'annulation, il suffit d'annuler votre cours via l'application Wix.

Si vous n'avez pas l'application : envoyez un sms au 0693854625 doublé d'un mail à [elsa.pilates.yoga@gmail.com](mailto:elsa.pilates.yoga@gmail.com)

Dans ce cas il n'y a aucun impact sur votre carte d'abonnement flexible.

**MOINS DE 24H AVANT LE COURS** : Il n'est plus possible d'annuler. Il est nécessaire d'envoyer un sms au 0693854625 doublé d'un mail à [elsa.pilates.yoga@gmail.com](mailto:elsa.pilates.yoga@gmail.com) **le plus tôt possible**.

Dans ce cas : le cours est déduit de votre carte d'abonnement.

Exemple, pour un cours que vous avez réservé mardi à 18H30, il faut annuler le lundi précédent avant 18H29.

**Toutes cartes flexibles ou annuelles sont valables dès Mai 2023 à fin Juin 2024 à date de signature ou du paiement. Elles sont nominatives, non cessibles et non remboursables, qu'elle que soit la date de souscription.**

# FONCTIONNEMENT

*Informations disponibles au studio et sur la fiche d'adhésion*

## DANS LE STUDIO

- L'espace est accessible pieds nus ou en chaussettes : déchaussez-vous à l'extérieur, même rangées discrètement, ne pas laissez les chaussures dans le couloir, c'est une issue de secours
- Les téléphones et appareils connectés sont éteints toute la durée du cours
- Les sacs et accessoires sont à ranger dans les casiers prévus à cet effet
- La consommation de nourriture n'est pas autorisée

## RESERVATIONS & COURS

### Validité

- Les cours se déroulent sur la période du 1<sup>er</sup> Mai 2023 à fin Juin 2024. Il y a entre 32 et 35 semaines de cours sur la période. La date exacte de fin d'année des cours sera annoncée environ un mois avant
- Les abonnements et carnets sont valables pour des cours du lundi au dimanche sauf ateliers spéciaux
- Certains ateliers du week-end sont hors carte d'abonnement
- A chaque période de vacances scolaires ou jours fériés, les cours réguliers sont suspendus sauf si annonce exceptionnelle de maintien des cours
- Les abonnements et carnets sont nominatifs, non cessibles et non remboursables
- La validité compte dès la date d'achat et jusqu'en juin 2024

### Adhésion

- Les adhérents signent le contrat d'engagement et fournissent un certificat médical de non contre indication à la pratique du pilates et yoga et autres activités à spécifier, il est valide 3 ans
- Le paiement s'effectue en totalité en espèces (ou 1, 2 ou 3 chèques au nom de Elsa Auré)

### Participation ou Annulation

- Les cours sont sur réservation obligatoire via le site web ou l'application Wix
- A votre arrivée, vous notifiez votre présence sur la fiche d'abonnement en mettant la date du jour face à votre prénom et nom ET/OU le professeur le note dans son cahier dédié
- En cas d'annulation dans les moins de 24H, le cours est automatiquement dû et ne pourra pas être récupéré : en exemple, il faut annuler lundi avant 18H29 pour un cours le mardi à 18H30 sur Wix ou sms.
- Nous vous invitons à décommander votre cours dès que possible pour organiser au mieux les séances.
- Si la majorité des participants sont absents ou à la suite d'un accord de tous, un cours peut-être annulé ou reporté
- Si un professeur est absent, un cours peut-être annulé ou remplacé par un autre professeur ou reporté

### Courtoisie

- Pour le confort et le respect des tous, nous vous demandons d'être ponctuel, de couper votre téléphone portable et de laisser les montres connectées dans vos sacs, d'adopter une tenue adaptée et d'utiliser le matériel avec précaution.
- Horaires de contact de l'accueil téléphonique et mail du studio du lundi au vendredi 8H-18H en sms pour les annulations de dernière minute ou en mail pour toute autre demande, pas de message vocal ni de message les week-end, s'il vous plaît.

**MERCI !**

# Les Questions Fréquentes...au cas où =)

**Est-ce que je peux faire les cours de Pilates ET de Yoga sur ma carte ? Et aussi les cours de Stretching ou Renforcement Musculaire ou autres disciplines ?**

- Oui, Tous les bonnements sont MULTICOURS, même si vous avez l'habitude de venir sur un seul créneau, vous pouvez venir sur TOUS les créneaux

**Je veux faire 2 cours par semaine : 1 régulier et l'autre je ne sais pas encore, quel abonnement choisir ?**

- Tous les abonnements sont possibles, vous venez autant de fois que vous souhaitez dans la semaine

**J'ai oublié mon tapis, est-ce que je peux tout de même participer ?**

- Il y a des de prêt tapis dans la salle =), il vous faudra le désinfecter à la fin du cours, les produits sont sur place

**Est-ce que je peux payer une partie de mon abonnement en espèce et l'autre en chèque ?**

- Oui, notez bien les montants sur votre fiche d'inscription ; vous pouvez faire 3 chèques maximum

**Quand sont encaissés les chèques ?**

- Tout au long de l'année de cours jusqu'à la prochaine rentrée

**Comment annuler un cours ?**

- Sur Wix si vous avez l'application
- Si vous n'avez pas Wix ou que vous n'arrivez pas à annuler sur Wix, envoyez un sms au 0693854625 ou mail sur [elsa.pilates.yoga@gmail.com](mailto:elsa.pilates.yoga@gmail.com) si vous n'avez pas encore l'application

**Jusqu'à quand puis-je réserver mon cours ?**

- Jusqu'à la dernière minute s'il y a de la place, en réservant sur le site web ou l'application, attendez de recevoir le petit message de confirmation

**Est-ce que je peux utiliser mon abonnement le week-end ?**

- Oui, pour certains cours, ce sera précisé sur le site web . Les ateliers spéciaux sont hors abonnements

**Si j'annule le matin pour le soir mon cours est-il perdu ?**

- Oui, à moins de 24h à l'avance, tout cours annulé est automatiquement décompté. Nous ne voulons pas juger les raisons d'annulation (gastro, enfant malade, retard au travail, urgence vétérinaire, etc...) qui sont toutes des bonnes raisons : seul le moment où vous décommandez compte.

**Est-ce que si je viens avec un-e ami-e, il-elle doit réserver ?**

- Oui, tout le monde doit réserver. Les inscriptions sont individuelles. Demandez-lui de réserver via le site web ou de nous contacter directement au 0693854625

**Est-ce que si je viens avec un-e ami-e, je peux lui offrir un cours sur ma carte ?**

- Non, les cartes sont nominatives, si c'est son premier cours, il-elle bénéficie du tarif cours découverte à 10€.
- Sauf au mois de Mai , tout le monde peut offrir des cours sur sa carte mais uniquement le mois de Mai =), faites-ce qui vous plaît !

**Je suis inscrit-e en liste d'attente, comment savoir si ma place va se libérer ?**

- Par mail ou sur la discussion wix, dès qu'un élève annule sa place, les places sont automatiquement redistribuées. Vous avez 30 minutes pour confirmer, après la place est redistribuée à la prochaine personne sur liste d'attente. N'oubliez pas de renseigner votre numéro de téléphone sur Wix !

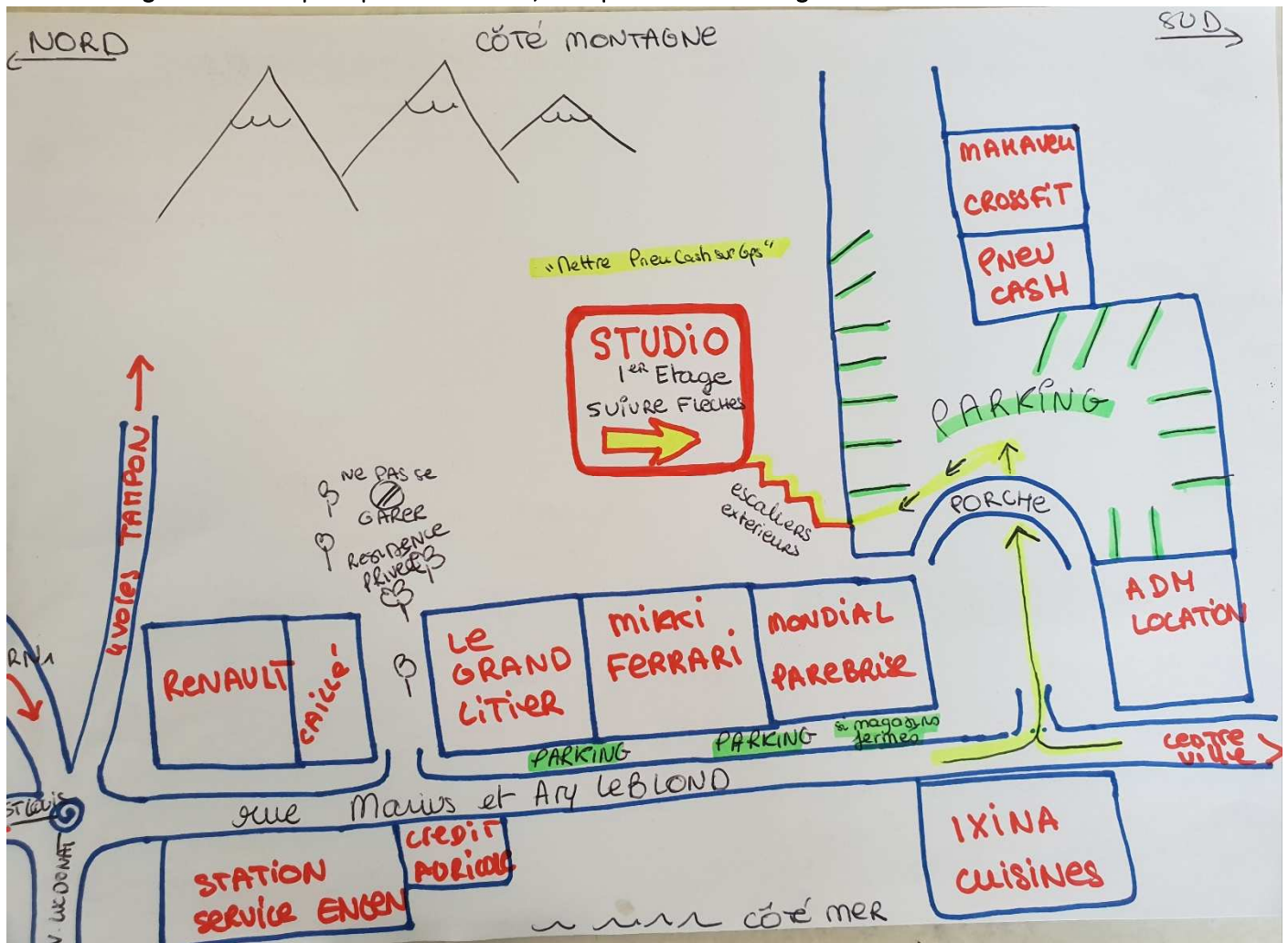
**Où puis-je me garer ?**

- Sur le grand parking côté Pneu Cash en bas de la salle hors place réservée. Les places notées « bâtiment Adelaide » sont aussi autorisées. Il y a de la place au fond du parking en passant devant le magasin Pneu cash
  - Sur les parkings des grands magasins de l'avenue principale aux horaires de fermeture
- Attention à ne pas vous garer sur le parking en terre de la résidence privée



## PLAN D'ACCES STUDIO

- Sur GPS Mettre Pneu Cash , puis passez sous le porche. Vous verrez le magasin rouge pneu cash. Garez-vous sur le parking qui est à l'arrière de la rue Pricipale . Si vous voyez « réservé bâtiment adelaide », c'est possible de se garer. Depuis ce parking prenez les escaliers de à l'extérieur et suivez les flèches jaunes.
- Si les magasin de la rue principale sont fermé , vous pouvez aussi vous garer.



## PLAN D'ACCES YOURTES EN SCENE

- Sur GPS Mettre « Association Yourtes en Scène 103 RN1
- Garez-vous sur les anciens arrêt de bus. La Yourte est face au radar tourelle

