

# FORMULAIRE D'ADHÉSION ELSA PILATES YOGA

A IMPRIMER (1 page) OU DISPONIBLE AU STUDIO

Mme/Mr.....  
N° tél. ....  
E.mail .....  
Contact en cas d'urgence (prénom et téléphone).....

## COCHER VOTRE ou VOS ABONNEMENTS

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

**Validité : Carnet nominatif non remboursable ni reportable pris dès Mars 2026 valide jusqu'à fin Juin 2026.**

**Tarif : la grille tarifaire peut évoluer en cours d'année et des fiches d'adhésion actualisées seront disponibles au studio et sur le site web.**

*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 au besoin remplaçant-e-s. Certaines professeurs peuvent être absentes sur certaines périodes et l'emploi du temps réajusté en conséquence.*

- CARNET 10 COURS à 14€ = 140€
- CARNET 20 COURS à 13€ = 260€
- CARNET 30 COURS à 12€ = 360€
- Formule ZEN à 40€/mois** pour 4 cours par mois , soit 10€/cours avec engagement avec prélèvement mensuel jusqu'à Juin 2026
- Formule LOTUS à 79€/mois** pour 8 cours par mois , soit 9,75€/cours avec engagement avec prélèvement mensuel jusqu'à Juin 2026
- Formule FORME à 88€/mois** pour 8 cours par mois , soit 11€/cours sans engagement avec prélèvement mensuel, et résiliable à tout moment
- Formule SANTE à 108€/mois** pour 12 cours par mois , soit 9€/cours sans engagement, avec prélèvement mensuel et résiliable à tout moment

DATE :  
**SIGNATURE**

Effectué par :

- Espèces
- Chèques à l'ordre de Elsa Auré et Nombre de Chèques :.....
- Règlement Carte Bancaire sur site web

## MODALITE DE REGLEMENT

DATE DU cours Découverte Payé : \_\_\_\_\_

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

TOTAL MONTANT REGLE: \_\_\_\_\_ €

*Votre achat vaut acceptation des conditions générales de ventes*

# CONDITIONS GENERALES DE VENTES STUDIO ELSA PILATES YOGA

## 2026

ATTENTION, POUR DES COURS DE QUALITE LES PLACES SONT LIMITEES !  
INSCRIPTION TOUTE L'ANNEE

### ❖ PLANNING PREVISIONNEL

Ci-dessus un exemple de planning en cours de la saison dernière. Le planning est fixé à la rentrée scolaire pour débuter en Août mais il peut arriver que celui-ci varie en fonction du contexte (Cyclone, etc.), 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 2025/2026 : les cours ont lieu du 11 Aout 2025 à fin Juin 2026, hors vacances scolaires. Pour la saison 2026/2027 : les cours ont lieu de mi-Aout 2026 à fin Juin 2027, hors vacances scolaires.

**ST PIERRE**  
Studio 258 Rue Marius et Ary Leblond  
Plage Ravine Blanche le Lundi matin uniquement

06 93 85 46 25  
[WWW.ELSAPILATESYOGA.COM](http://WWW.ELSAPILATESYOGA.COM)

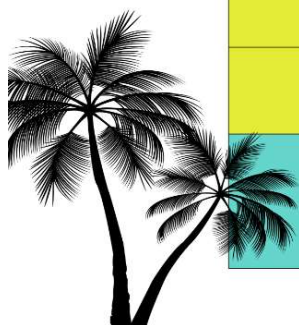
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	WEEK-END
9h30-10h30 YOGA DOUX Plage Ravine Blanche Elsa	9h00-10h00 PILATES Céline				8h30-9h30 YOGA DOUX Yin Audrey	 Atelier Mensuel Cocooning Yoga et Relaxation Elsa
11h00-12h00 PILATES Elsa				11h00-12h00 PILATES Anne	10h-11h00 YOGA Hatha Flow Audrey	
12h15-13h15 PILATES Elsa				12h15-13h15 PILATES Anne		<ul style="list-style-type: none"> <li><span style="display: inline-block; width: 10px; height: 10px; background-color: #d9ead3; border: 1px solid #ccc; margin-right: 5px;"></span> PILATES Tous Niveaux</li> <li><span style="display: inline-block; width: 10px; height: 10px; background-color: #f5b7e1; border: 1px solid #ccc; margin-right: 5px;"></span> Très Doux Relaxant</li> <li><span style="display: inline-block; width: 10px; height: 10px; background-color: #fff2cc; border: 1px solid #ccc; margin-right: 5px;"></span> Doux Energisant</li> <li><span style="display: inline-block; width: 10px; height: 10px; background-color: #f4cccc; border: 1px solid #ccc; margin-right: 5px;"></span> Dynamique</li> <li><span style="display: inline-block; width: 10px; height: 10px; background-color: #e74c3c; border: 1px solid #ccc; margin-right: 5px;"></span> Dynamique intense</li> </ul>
17h30-18h30 PILATES Céline	17h30-18h30 YOGA DOUX Yin Audrey	17h15-18h15 PILATES Anne	17h30-18h45 YOGA DOUX Yin Audrey			
18h35-19h35 PILATES Céline	18h45-20h00 YOGA Hatha Flow Audrey	18h30-19h30 PILATES Anne	19h00-20h00 YOGA Vinyasa Audrey			<ul style="list-style-type: none"> <li> Femmes enceintes : demandez-nous conseil</li> <li> Plage Ravine Blanche et repli au Studio si Intempérie</li> </ul>

**St LEU en plein air**  
Yourte en Scène et Plage Gendarmerie

06 93 85 46 25  
[WWW.ELSAPILATESYOGA.COM](http://WWW.ELSAPILATESYOGA.COM)

#### COURS AVEC ELSA

MARDI - 9H00-10H00 - PILATES Plage face Gendarmerie et terrains de volley
JEUDI - 16H15-17H15 - PILATES Yourte en Scène
JEUDI - 17H30-18H30 - PILATES Yourte en Scène
Voyage Sonore Atelier mensuel Dates sur le site web



## ❖ 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€, validité immédiate et jusqu'à 2 mois**
- **1 cours de passage à l'unité / 15€, validité immédiate et jusqu'à 2 mois**
- **PASS découverte 3 cours 3 semaines / 29€, validité immédiate 3 semaines**

### **FORMULE ZEN OU LOTUS**

Validité Immédiate jusqu'à Juin 2026 et sur prélèvement mensuel jusqu'à fin Juin

- **Zen = 4 cours par mois à 40€/mois , soit 10€ /cours**
- **Lotus = 8 cours par mois à 79€/mois , soit 9,75€ /cours**

Accès à 4 ou 8 cours au choix par mois non reportables le mois suivant ( = 4 semaines glissantes) selon le planning du studio et hors vacances scolaires.

C'est le seul un abonnement mensuel avec engagement sur la saison

Les cours sont crédités quand les 4 semaines sont passées et lorsque le prélèvement est passé. Par exemple :

Si vous prenez votre abonnement le 12 Aout , vous avez droit à 4 cours jusqu'au 12 Septembre. Au 12 Septembre, votre compte sera crédité lors du prélèvement de 4 nouveaux cours. Si vous n'avez pas utilisé tous vos cours, ils ne sont ni reportés ni remboursés.

Exemple pour les prélèvements de la Formule Zen :

Pour un abonnement pris en Aout, il y aura 11 prélèvements de 40€ soit 440€/année

Pour un abonnement pris en Janvier, il y aura 6 prélèvements de 40€ soit 240€, etc....

**Le prélèvement s'arrête fin Juin avec la fin des cours**

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

Formule nominative, non cessible et non remboursable, quelle que soit la date de souscription.

Il s'agit d'une formule avec facilité de paiement en prélèvement mensuel automatique: il n'est donc pas possible d'arrêter le prélèvement avant le terme de l'abonnement.

### **FORMULE FORME ou SANTE**

Validité 1 mois et reconductible automatiquement avec résiliation possible à tout moment

- **8 cours par mois / 88€/mois , soit 11€ /cours**
- **10 cours par mois / 108€/mois , soit 9€ /cours**

Accès à 8 ou 10 cours au choix par mois ( = 4 semaines glissantes) selon le planning du studio et hors vacances scolaires.

Ce sont des abonnements mensuel sans engagement.

La formule et le paiement sont reconduits automatiquement d'un mois sur l'autre sans intervention de votre part. Si vous souhaitez mettre fin à la reconduction vous pouvez le faire depuis votre espace client ou l'application Fit By Wix.

Une fois le prélèvement passé, il n'est pas possible de se faire rembourser.

Les 8 ou 10 cours sont crédités quand les 4 semaines sont passées et lorsque le prélèvement est passé. Par exemple :

Si vous prenez votre abonnement le 12 Aout , vous avez droit à 4 8 ou 10 cours jusqu'au 12 Septembre. Au 12 Septembre, votre compte sera crédité lors du prélèvement de 8 ou 10 nouveaux cours. Si vous n'avez pas utilisé tous vos cours, ils ne sont ni reportés ni remboursés.

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

Formules nominatives, non cessibles et non remboursables, quelle que soit la date de souscription.

**Il s'agit des formules les plus flexibles et résiliables : il est donc possible d'arrêter le prélèvement dès que vous souhaitez.**

## CARNETS MULTICOURS pour TOUS LES COURS

Validité de Mars 2026 à Juin 2026

- **Carnet 10 cours / (14€/cours) 140€**
- **Carte 20 cours / (13€/cours) 260€**
- **Carte 30 cours / (12€/cours) 360€**

*Accès à tous les cours au choix par mois de Pilates et Yoga ( hors atelier ou cours spécifique)*

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. Formules nominatives, non cessibles et non remboursables, quelle que soit la date de souscription.

### ❖ QUELLE FORMULE POUR LES ATELIERS RELAXATION

Atelier Voyage Sonore – 30€

Paiement en ligne en réservant directement l'atelier ou en utilisant un bon cadeau ou en espèces directement au Studio

En cas d'annulation de votre part : il n'y a pas de remboursement ou de report possible

### ❖ QUELLE FORMULE CHOISIR POUR PRATIQUER EN LIGNE?

**COURS avec l'application Zoom :**

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

### ❖ COMMENT PAYER ?

Paiement en ligne : directement depuis le site internet

Paiement sur place en avance : dépôt en espèces ou chèques, jusqu' à 3 chèques possibles à l'ordre Elsa Auré. PAS DE CARTE BANCAIRE AU STUDIO, MAIS SUR LE SITE WEB

### ❖ COMMENT S'INSCRIRE ? : Sur le site web ou sur l'application Fit By Wix

**Etape 1 – CONNECTER VOUS** avec votre mail sur le site web

[www.elsapilatesyoga.com](http://www.elsapilatesyoga.com) ou plus pratique : l'application FitbyWix avec le code **POM2NK**. Mettez votre mail habituel car il sera utilisé comme identifiant pour toutes vos réservations ou annulations par la suite et votre historique de réservation.



**Etape 2 – CHOISISSEZ VOTRE OFFRE** que vous payer directement en ligne. Et vous

**RECEVEZ VOS CREDITS SUR VOTRE ESPACE MEMBRE** pour pouvoir réserver vos cours : tout est disponible sur votre espace membre sur le site web ou l'application avec votre mail.

**Vous ne pouvez pas payer en ligne ? Vous souhaitez payer sur place en espèces ou chèques ? Laissez-nous votre règlement au studio lors d'un cours ou en passant en avance pour obtenir vos crédits et pouvoir réserver en ligne.**

**Etape 3 – RESERVEZ VOTRE COURS** en choisissant un ou plusieurs cours collectifs hors atelier. Il est possible de réserver le jour pour le jour en fonction des places disponibles et aussi en avance jusqu'à plusieurs semaines.

**Etape 4 – REMPLISSEZ et RENVOYEZ LE FORMULAIRE D'INSCRIPTION** disponible sur le site web ou au Studio + certificat médical de non contre-indication à la pratique du yoga et/ou du pilates et/ou des autres activités choisies ET le questionnaire de santé CERFA N°15699\*01 en bas de page ou disponible au studio . Ou par mail sur : [elsa.pilates.yoga@gmail.com](mailto:elsa.pilates.yoga@gmail.com)

**COMMENT SE CONNECTER 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"

## ❖ 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 ticket ou carnet d'abonnement, vous pourrez l'utiliser une prochaine fois

**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 automatiquement déduit de votre ticket ou carnet d'abonnement, il n'est ni rattrapable, ni remboursable.

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

**POUR LES ATELIERS, STAGES :** En cas d'impossibilité d'assister à un atelier ou stage et donc d'annulation, vous pouvez vous faire remplacer par la personne de votre choix mais il n'est pas possible de reporter ou d'être remboursé.

**Toutes cartes sont multicours et valables jusqu'à fin Juin 2026 à date de signature ou du paiement. Elles sont nominatives, non cessibles et non remboursables, qu'elle que soit la date de souscription.**

## ❖ EN CAS D'ARRET MALADIE

En cas d'arrêt maladie supérieur à 15 jours, des solutions pourront être proposées sur demande et sur présentation d'un arrêt maladie valide\* de votre médecin :

- Si vous avez souscrit aux Formule Forme ou Formule Sante, nous suspendrons votre abonnement durant toute la durée de votre arrêt maladie et un remboursement au prorata du nombre de jours restants sera effectué. La formule de calcul suivante sera utilisé :  $[\text{Montant TTC de la formule} / 30 \text{ jours}] \times \text{nombre de jours restants}$
- Si vous avez acheté un Carnet de Multi cours, un remboursement vous sera proposé si la fin de validité de votre carnet intervient dans les 30 jours suivant la date de début de votre arrêt maladie et si le carnet contient plus de 3 séances. Si vous êtes éligible, vous serez remboursé au prorata du nombre de séances restantes. La formule de calcul suivante sera utilisé :  $[\text{Montant TTC du carnet} / \text{nombre de séances dans le carnet}] \times \text{nombre de séances restantes dans le carnet}$
- Si vous avez souscrit aux Formule Zen ou Lotus, les paiements de la formule continueront jusqu'à la fin prévue au contrat. Cependant une fois que vous nous aurez transmis un certificat médical de non contre-indication à la reprise d'une activité sportive (à la suite de votre arrêt) ET le questionnaire de santé CERFA N°15699\*01 en bas de page, nous étendrons la durée de validité de votre carnet du nombre de jours s'étant écoulés entre le début de votre arrêt et la date de début autorisée pour la reprise d'une activité physique indiquée sur le certificat médical de non contre-indication à la reprise d'une activité sportive. Aucun remboursement ne sera proposé sur ces formules.

*\*Seront considérés comme recevables les arrêts maladie émanant d'un médecin, daté et tamponné et précisant une inaptitude à la pratique d'une activité physique de type fitness, pilates et yoga. Tous autres justificatifs seront considérés comme irrecevables. Un certificat médical de non contre-indication à la reprise d'une activité sportive vous sera demandé à l'issue de votre arrêt maladie pour la reprise des cours.*

## ❖ CONDITIONS d'UTILISATION DE CHAQUE TICKET ET CARNET D'ABONNEMENT

Avec une inscription au studio ou tout achat en ligne, vous vous engagez à accepter le règlement du formulaire entier d'inscription (8 pages) EN :

- achetant une carte de un ou plusieurs cours qui est nominative, non cessible et non remboursable valable de Mars 2026 jusqu'à fin juin 2026
- fournissant 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
- réservant vos cours en avance sur le site de réservation en ligne sur l'application Fit By Wix ou sur le site web [www.elsapilatesyoga.com](http://www.elsapilatesyoga.com)
- en cas d'absence, vous annulez au moins 24H avant le cours réservé via l'application de réservation ou à défaut par mail sur [elsa.pilates.yoga@gmail.com](mailto:elsa.pilates.yoga@gmail.com) et le cours ne sera pas décompté
- en cas d'absence dans les moins de 24H avant le cours réservé : le cours sera automatiquement décompté et vous prévenez au plus tôt par courtoisie pour libérer la place par sms au 0693854625 ou un mail [elsa.pilates.yoga@gmail.com](mailto:elsa.pilates.yoga@gmail.com)
- prenant cet engagement qui prend effet à date de signature de ce formulaire ou date du paiement du premier cours
- acceptant le remplacement de professeurs en cours d'année
- acceptant que certaines horaires peuvent être modifiées en cours d'année
- acceptant que certains ateliers du week-end sont hors carte d'abonnement
- acceptant que certains cours peuvent être annulés ou mis en ligne en fonction de la météo ou du contexte
- acceptant qu'un cours peut être reporté voire annulé si il y a moins de 4 inscriptions par cours
- **les cours commencent à l'heure : arrivez à l'heure et idéalement 5 à 10 minutes avant le cours : si vous êtes en retard l'entrée peut vous être refusée si le cours est déjà commencé, dans ce cas votre cours ne peut ni être reporté ni remboursé**

Il est rappelé que seule les Formule Forme et Formule Santé constituent des abonnements mensuels sans engagement. Les formules sont reconduites automatiquement d'un mois sur l'autre sans intervention de votre part. Si vous souhaitez mettre fin à la reconduction vous pouvez le faire depuis votre espace client ou l'application Fit By Wix.

Les Carnets de cours ou les Formule Zen et Lotus sont des formules incluant des cours à un tarif préférentiel, avec une facilité de paiement en une ou plusieurs fois. De ce fait vous ne pouvez pas annuler le paiement avant la fin prévue.

## ❖ COMMENT NOUS CONTACTER ?

Du Lundi au Vendredi de 9H-17H

En **sms de préférence** ou en appel vocal direct, ne pas laisser de messages vocaux sur la messagerie 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)

# 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, même les montres connectées
- Les sacs et accessoires sont à ranger dans les casiers prévus à cet effet
- La consommation de nourriture n'est pas autorisée
- Les cours commencent à l'heure : arrivez s'il vous plaît à l'heure et idéalement 5 à 10 minutes avant le cours, si vous êtes en retard l'entrée peut vous être refusée si le cours est déjà commencé par respect pour les élèves et professeurs

## RESERVATIONS & COURS

### Validité

- Les cours se déroulent sur la période de mi Aout à fin Juin . 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 samedi sauf ateliers ou stages spéciaux
- Certains ateliers en semaine ou du week-end ou des stages 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 2026

### Adhésion

- Les adhérents signent le contrat d'engagement ou à défaut le paiement sur le site web vaut pour l'acceptation des CGV
- Les adhérents fournissent un certificat médical de non contre indication à la pratique du pilates et yoga et autres activités à spécifier ET le questionnaire de santé CERFA N°15699\*01 en bas de page
- Le paiement s'effectue en totalité à chaque prise d'abonnement. Soit en carte bancaire sur le site web, soit en espèces (ou éventuellement 1, 2 ou 3 chèques au nom de Elsa Auré). Pas de CB au studio.

### Participation ou Annulation

- Les cours sont sur réservation obligatoire via le site web ou l'application Wix
- A votre arrivée, vous notifiez votre présence au professeur qui note les participations dans un 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 l'application FitbyWix ou par mail.
- Nous vous invitons à décommander votre cours dès que possible pour organiser au mieux les séances.
- Si il y a moins de 5 inscriptions par cours ou que la majorité des participants annulent à la dernière minute, un cours peut-être annulé ou reporté . Si vous étiez inscrit.e, le crédit de cours vous sera re-crédité automatiquement sur votre compte.
- 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 et éteintes 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 9H-17H 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.

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

### **Est-ce que je peux faire les cours de Pilates ET de Yoga sur ma carte ?**

- Oui, Tous les abonnements sont MULTICOURS, même si vous avez l'habitude de venir sur un seul créneau, vous pouvez venir sur TOUS les créneaux à St Pierre et à St Leu

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

- venez autant de fois que vous souhaitez dans la semaine : prenez l'abonnement que vous voulez. Pour 1 à 2 cours hebdomadaires, l'abonnement mensuel 8 ou 12 cours , ou le carnet de 30 cours seraient les meilleures options

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

- Il y a des tapis à vous prêter dans la salle en cas d'oubli =), il vous faudra le désinfecter à la fin du cours, les produits sont sur place. Pensez à prendre votre tapis la prochaine fois =)

### **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 ou réserver un cours ?**

- Sur Fit by Wix si vous avez l'application : c'est le moyen le plus pratique
- Sur le Site Web sur votre espace membre
- Si vous n'avez pas Wix ou que vous n'arrivez pas à annuler sur Wix, envoyez un sms au 0693854625 ET mail sur elsa.pilates.yoga@gmail.com

### **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. Les cours sont programmés par semestre , vous pouvez aussi réserver en avance.

### **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 car 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, accident, maladie, etc...) qui sont toutes des bonnes raisons ou imprévus : 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 nominatives et individuelles. Demandez-lui de réserver via le site web avec ses propres coordonnées ou de nous contacter directement par mail ou 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€.

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

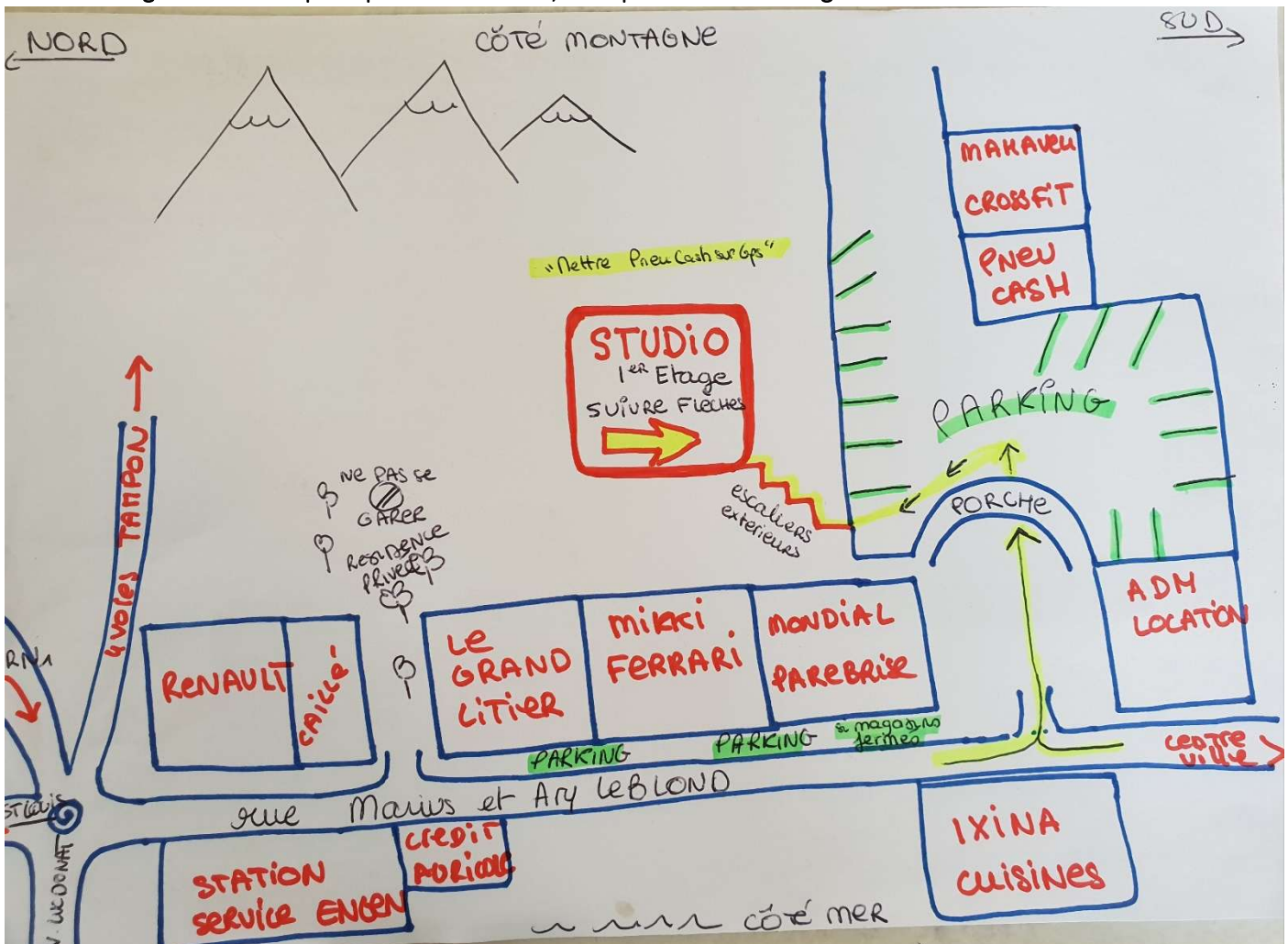
- Il faut avoir l'application Fit By Wix : dès qu'un élève annule sa place, les places sont automatiquement redistribuées. Vous recevez un mail ou sms et vous avez 30 minutes pour confirmer, après la place est redistribuée à la prochaine personne sur liste d'attente. N'oubliez pas de renseigner votre numéro de téléphone sur Wix !

### Où puis-je me garer à St Pierre ?

- Sur le grand parking en bas de la salle hors places réservées. Les places notées « bâtiment Adelaide » sont aussi autorisées. Il y a de la place au fond du parking en passant devant Mahavéli Crossfit.
- 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 Mondial Parebrise ou ADM location, puis passez entre les deux magasin sous le porche. .  
Garez-vous sur le parking qui est à l'arrière de la rue Principale . Si vous voyez « réservé bâtiment adelaide », c'est possible de se garer. Dans ce parking prenez les escaliers sur la gauche et suivez les flèches jaunes.
- Si les magasin de la rue principale sont fermés , 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 arrêts de bus. La Yourte est face au radar tourelle

PITON ST  
Leu

AAA

Bois  
de  
NÉFLES



KIOSQUE

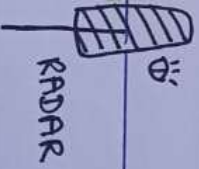
← ST LEU

ELSA PILATE'S YOGA  
YOGA  
EN  
SCÈNE  
103 RUA

Parking en esp

Parking

Parking



RADAR

R.N.1

NE PHS SE GARER

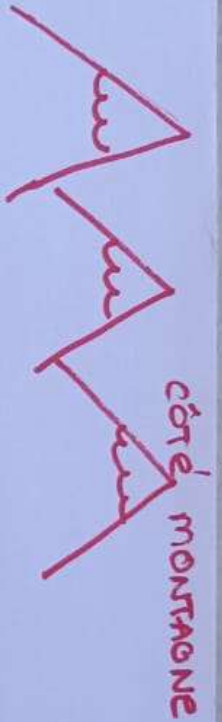
Parking

ETANG SAINTE  
LES BAINS

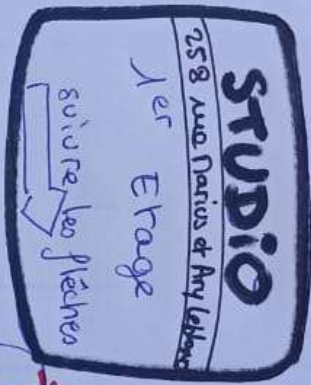


NORD

SUD



"Mètre Mondial Pavebureau GPs"  
ST PIERRE



residence Privée  
se  
GARER

UTERIE

IXIANT  
Cuisine

MONDIAL  
PAREBRISSE

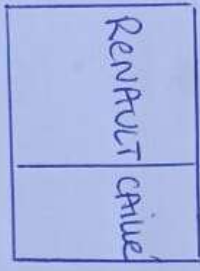
MARIUS ET ARY  
LEBLOND

YAMAHA

BOURBON Bikes  
côte mer

KAWASAKI

4 voies  
NORD  
SUD



COMPTA

PORTES

passage couvert

ADM

LOCATION

Parking

MAHARAU  
CROSSFIT

258

garage qui longe

voiture

Escaliers extérieurs

passage couvert

ADM

LOCATION

ici ☺

FOUR A CHAUX

TERRAIN BEACH VOLLEY

↑ ST LEU CENTRE

RUE

PARKING

DU

LAGON

Noix de COCO

⊗ Loist Bike

⊗ Gen Darnerie



SKATE PARK



↓ ETANG SALE LES BAINS

Plage

## Renouvellement de licence d'une fédération sportive

### Questionnaire de santé « **QS – SPORT** »

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
<b>Durant les 12 derniers mois</b>		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>A ce jour</b>		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		

#### Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

#### Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.