



Ornans Yoga

## Année 2021- 2022

Reprise des cours de yoga et de Qi-Gong le **lundi 20 septembre 2021**.

Les cours de **yoga** sont assurés par **Michèle DESBIEZ** et **Marie-Edith LEGRAND**, à la maison des familles rurales, 15 avenue Général de Gaule à Ornans.(ancienne gare) au 1<sup>er</sup> étage.

- Mercredi : 17h45 - 19h00 et 19h10 - 20h25
- Jeudi : 16h45 - 18h00 et 18h10 - 19h25
- Vendredi : 10h00 - 11h15 et 14h -15h15
- Samedi : 9h30 - 10h45

**Pas de cours pendant les vacances scolaires** sauf exception pour les 2 cours de yoga du mercredi 29 septembre qui seront reportés au 27 octobre 2021.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Les cours de **Qi-gong** sont assurés par **Monique MUHL** à la salle VIP du stade André Brey de l'ASO au 9 rue de Lonège (au-dessus du terrain de foot) à Ornans.

- Lundi et mardi de 18h à 19h15

**Pas de cours pendant les vacances scolaires**

# TARIFS

**60€/trimestre** pour 1 cours par semaine (demi-tarif pour les étudiants) **et 10 €/an** d'adhésion pour l'association.

**Joindre 1 chèque de 70 € pour le 1er trimestre (60 € + 10 € d'adhésion) + 2 chèques de 60 € pour le 2ème et le 3ème trimestre.**

**Exceptionnellement, cette année encore, du fait des contraintes COVID 19, limitation à une seule séance par semaine.**

Pour faciliter le travail de la trésorière nous demandons à chaque adhérent de bien vouloir faire dès la rentrée les 3 chèques de cotisation trimestrielle.

**Aucune inscription ne sera acceptée sans 3 chèques ou 1 chèque pour l'année.**

Chaque chèque établi à l'ordre de ORNANS YOGA sera encaissé en début de trimestre.

**Une fiche d'inscription ( Page 4 et page 5 ) sera demandée avec chaque adhésion, à rendre avec vos chèques à un des membres du bureau (Marie-Claude Millet, Anne Villemin, Chantal Maronne, Nicole Chatay, Geneviève Pujol, Claude Racine, Anny Usseglio, Jean Michel Girardet)**

**ou à envoyer à Maronne Chantal 23 rue du Viaduc 25290 ORNANS**

*Pour tout renseignement complémentaire :*

*Tél : 06 86 70 50 18 Marie-Claude MILLET Présidente*

*Tél : 07 69 17 70 63 Anne VILLEMIN secrétaire*

*Tél : 06 82 39 39 88 Chantal Maronne trésorière*

Nouvelles règles sanitaires du 9 août 2021 liées à la Covid 19 :

**PASS-SANITAIRE obligatoire** pour tous, élèves et professeurs **jusqu'au 15 novembre 2021**. Après...on se sait pas encore.... Nous vous informerons.

Il comprend **l'un** des 3 documents suivant :

- certificat de test négatif RT-PCR ou antigénique de moins de 72 heures au moment du contrôle.
- certificat de vaccination : (cycle vaccinal complet + délai nécessaire pour développer des anticorps c'est à dire : 1 semaine après la 2ème injection de Pfizer, Moderna, Astrazeneca ou 4 semaines après le Janssen ou 1 semaine après la vaccination pour les personnes ayant déjà eu le COVID.)
- Certificat de test positif d'au moins 11 jours et de moins de 6 mois valant comme preuve de rétablissement.

Ce pass devra être présenté sous forme **numérique ou papier** à votre professeur ou à un membre du bureau qui a reçu une information relative à ce contrôle. **A défaut, l'accès sera refusé**, sauf pour les personnes justifiant d'une contre-indication médicale à la vaccination (voir avec votre médecin traitant).

Cette obligation est étendue aux mineurs (12-17 ans)

Le mot de la présidente :

Pour garantir au maximum le respect et la santé de tous, merci d'appliquer ces quelques consignes :

- Lavage des mains : gel hydroalcoolique à votre disposition à l'entrée de la salle.
- Port du masque obligatoire lors des déplacements dans la salle pour aller aux toilettes et je le conseille lors de la pratique aux personnes non vaccinées.
- Amener votre propre matériel : Pas de prêt de tapis, coussins, sangles etc..
- Les fenêtres seront ouvertes tant que la température extérieure le permettra .
- Aérer la salle avant et après la séance .
- Respecter le circuit entrée/sortie.

**J'ai bien conscience des contraintes imposées, mais c'est la seule solution pour pouvoir reprendre notre pratique qui est si importante pour notre bien-être et notre équilibre !**

# Fiche d'inscription Yoga

- Chaque pratiquant émet **2 souhaits, un seul sera retenu**, mettre en priorité celui qui vous est le plus favorable.
- Le pratiquant s'engage à respecter le créneau jour et horaire validé.
- **A cause du contexte actuel, notre reprise est compliquée, donc venez au cours qui vous convient le mieux, nous ajusterons le mois prochain si besoin**

NOM.....PRENOM.....

Adresse.....

mail..... Tél : .....

Adhère à ORNANS YOGA pour l'année 2021-2022 pour 1 cours /semaine

Le : .....**OU**

Le : .....

et joindre 1 chèque de 70 € pour le 1<sup>er</sup> trimestre (60 €+ 10€ d'adhésion) + 2 chèques de 60 € pour le 2<sup>o</sup> et 3<sup>o</sup> trimestre

IMPORTANT ORNANS YOGA s'engage à garder confidentiel toutes les données transmises. Celles-ci servent uniquement à vous informer le plus rapidement possible, Exemple : info, annulation de cours, en aucun cas elles ne seront communiquées. En signant, je reconnais avoir été informé(e) des mesures de prévention, sécurité, gestes barrière à respecter, sachant que le risque zéro n'existe pas et que celles-ci peuvent évoluer.

Il ne sera pas possible de changer de cours, ni de rattraper une absence sur un autre cours.

J'accepte de participer aux cours en toutes connaissances de causes.

Faire précéder de : Lu et approuvé + signature

Le :

# Fiche d'inscription Qi-Gong

- Chaque pratiquant émet **2 souhaits, un seul sera retenu**, mettre en priorité celui qui vous est le plus favorable.
- Le pratiquant s'engage à respecter le créneau jour et horaire validé.

**A cause du contexte actuel, notre reprise est compliquée, donc venez au cours qui vous convient le mieux, nous ajusterons le mois prochain si besoin**

NOM.....PRENOM.....

Adresse.....

mail..... Tél : .....

Adhère à ORNANS YOGA pour l'année 2021-2022 pour 1 cours /semaine

Le : ..... **OU**

Le : .....

**et joindre 1 chèque de 70 € pour le 1<sup>er</sup> trimestre (60 €+ 10€ d 'adhésion) + 2**

**chèques de 60 € pour le 2<sup>o</sup> et 3<sup>o</sup> trimestre**

**IMPORTANT ORNANS YOGA s'engage à garder confidentiel toutes les données**

**transmises. Celles-ci servent uniquement à vous informer le plus rapidement possible,**

**Exemple : info, annulation de cours, en aucun cas elles ne seront communiquées. En signant,**

**je reconnais avoir été informé(e) des mesures de prévention, sécurité, gestes barrière à**

**respecter, sachant que le risque zéro n'existe pas et que celles-ci peuvent évoluer.**

**Il ne sera pas possible de changer de cours, ni de rattraper une absence sur un autre cours.**

**J'accepte de participer aux cours en toutes connaissances de causes.**

**Faire précéder de : Lu et approuvé + signature**

**Le :**