

Modalités du studio

INSCRIPTION ET PAIEMENT

- Lors de votre premier cours, vous présenter au moins 15 minutes à l'avance afin de rencontrer votre enseignant, de procéder aux modalités de votre inscription et de remettre votre fiche de renseignements confidentiels.
- Veuillez prévoir le paiement de votre inscription, tel que discuté au préalable avec votre professeur. Nous acceptons les modes de paiement suivants:
 - Argent comptant;
 - Chèques certifiés (les chèques personnels ne sont pas acceptés);
 - Traités bancaires;
 - Mandats postaux.
- Les paiements (inscription, acompte ou tout autre engagement de votre part) sont non remboursables et non échangeables.

INFORMATIONS UTILES À VOTRE PRATIQUE

- Évitez de manger avant la pratique. Il est préférable de prendre une collation 2 heures avant votre séance ou bien de pratiquer 4 heures après un repas.
- Planifier arriver de 10 à 15 minutes avant votre cours, afin de vous installer confortablement et de vous détendre.
- Portez des vêtements amples, extensibles et un chandail que vous pourrez mettre ou enlever selon l'intensité de l'effort.
- Dans la salle de cours, veuillez n'apporter que le matériel nécessaire à votre pratique: tapis de sol, serviette, couverture, banc de méditation... Merci de laisser à l'extérieur tout objet inutile: sacs, souliers, téléphone (ne s'applique pas si vous êtes «de garde»)...

- Si vous vivez un inconfort, demandez l'assistance de votre professeur, qui vous aidera à identifier le mouvement approprié. Ni le studio, ni votre enseignant ne peuvent être tenus responsables de blessures ou inconforts résultant de votre pratique.
- Afin d'assurer la continuité de votre enseignement, si un cours doit être annulé la date et l'heure de sa reprise vous seront communiquées lors du cours suivant. Cette date peut différer du calendrier habituel.

STATIONNEMENTS

- À la demande de la sécurité publique de Ville Saguenay, **aucun stationnement sur le chemin de la Réserve n'est autorisé.**
- Veuillez utiliser judicieusement l'espace alloué dans les deux stationnements prévus à cet effet: à l'avant, mais également à l'arrière du bâtiment (accès par la rue des Martres). Lorsque les stationnements sont complets, il est possible de vous stationner dans la rue des Martres.

