

RÈGLEMENT INTÉRIEUR DE YOGA • SOPHRO L'Asso

EN VIGUEUR POUR L'ANNEE 2026-2027

Le présent règlement a pour objet de compléter les statuts et de préciser le fonctionnement de l'association YOGA • SOPHRO • L'Asso, située à Palaiseau, 91120.

De façon générale, tout adhérent de l'association est réputé avoir pris connaissance et accepté la totalité du présent règlement.

Article 1 – Agrément des nouveaux membres

L'association, à l'exception des quatre prescriptions qui suivent, est ouverte à tous, sans condition ni distinction.

- Tout nouveau membre doit être parrainé et présenté par un membre fondateur, un adhérent de l'association, un professeur ou un intervenant de l'association, préalablement à son agrément,
- Toute candidature est soumise à l'agrément du bureau,
- Tout nouveau membre devra régler une cotisation annuelle et sera soumis au versement d'un droit d'entrée (adhésion),
- Aucun critère discriminatoire basé sur l'origine du candidat, son patronyme, sa situation de famille, son apparence physique, son handicap, son état de santé, ses caractéristiques génétiques, ses mœurs, son orientation sexuelle, ses activités politiques ou syndicales, son ethnie, sa race, sa nation ou sa religion ne saurait être mis en avant pour justifier du rejet d'une candidature.

Le Bureau statue lors de chacune de ses réunions sur les demandes d'admission présentées.

Article 2 - Adhésion

L'adhésion à l'association est obligatoire, sauf pour le cours d'essai et les cours à la carte (*cf. art. 2.a ci-dessous*)

Pour devenir adhérent à l'association, il faut :

- Avoir pris connaissance du présent règlement intérieur et s'engager à s'y soumettre dans sa totalité,
- S'inscrire sur le site HelloAsso, en remplissant les informations nécessaires ; Si exceptionnellement l'inscription ne passait pas par HelloAsso, remplir et signer le bulletin d'inscription, qui vaut pour acceptation du règlement intérieur,
- S'acquitter du montant de l'adhésion,
- S'acquitter du montant de sa cotisation si l'on participe à un ou plusieurs cours hebdomadaire(s) (sauf cas énoncés au premier paragraphe du présent article 2),
- Fournir un certificat médical de "non contre-indication" à la pratique du yoga si besoin (en fonction du questionnaire rempli sur HelloAsso)
- Pour les personnes mineures, fournir une lettre d'accord du représentant légal, attestant de leur accord pour la participation du mineur au cours.

Par ailleurs, les adhésions sont nominatives, et ne donnent accès au cours qu'à une seule personne (il n'est pas possible de partager un abonnement).

Les membres du Bureau ou les professeurs peuvent contrôler les adhésions des participants aux cours à n'importe quel moment de la saison.

a) Séance d'essai

Sont offertes par l'association, 1 à 2 séances d'essai pour les cours hebdomadaires (lundi, mercredi, vendredi) en début d'année scolaire et ce jusqu'aux vacances de la Toussaint de l'année N (l'année N s'entendant du mois de septembre au dernier jour du cours de la période d'inscription en cours), ainsi qu'au moins de juin de l'année N+1.

De nouveau, au moins de juin, 1 cours d'essai offert pourra être proposé.

Au-delà, il s'agira d'un cours test (15 €) puis de cours à l'unité (18 ou 20 €) ; le prix du cours sera déduit de la cotisation si l'inscription est validée.

Pour les cours de yoga famille, nous proposons uniquement des cours à l'unité ou à la carte, sans cours d'essai.

b) Cas de l'adhésion en cours d'année

Adhésion en cours d'année

Période d'adhésion possible en cours d'année :

L'adhésion peut se faire en cours d'année, sous réserve de places disponibles, et ce jusqu'en février de l'année N, avant les vacances scolaires d'hiver.

Le règlement de l'adhésion à l'association (20 euros) est dû en totalité.

Mode de calcul du règlement de la cotisation :

- *Avant les vacances de la Toussaint :*

La partie du règlement de la cotisation correspondant à la dispense des cours sera dû en totalité jusqu'au premier jour des vacances de la Toussaint. Les élèves sont invités à régler la cotisation totale et à rattraper les cours manqués sur d'autres créneaux.

- *Entre le retour des vacances scolaires de la Toussaint et avant le début des vacances scolaire d'hiver de l'année N :*

À partir de la reprise des cours après les vacances de la Toussaint et jusqu'au dernier jour des cours avant les vacances d'hiver, le règlement se fait pour les mois restants jusqu'à fin juin inclus (le mois de juillet n'est pas compté) ; Tout mois entamé est dû.

Le calcul du prorata est celui de l'association, et en aucun cas un élève ne pourra se prévaloir d'un mode de calcul différent. Voici le calcul qui est retenu par l'association (tarif normal ou réduit) :

$[\text{cotisation annuelle} / 10] \times \text{nb de mois restants (y compris le mois en cours et jusqu'à juin inclus)}$

- *Au-delà des vacances scolaires d'hiver de l'année N :*

Les élèves souhaitant venir au cours, même de manière hebdomadaire, devront prendre un cours à l'unité ou une carte de 5 ou 10 cours.

Les personnes désirant adhérer et acceptées par le Bureau au cours de l'année N doivent procéder aux mêmes formalités que pour les abonnements de début d'année (formulaire, certificat ou attestation de décharge, lecture et acceptation du règlement intérieur, règlement d'adhésion – totale – et de cotisation – proratisée). L'adhésion ne sera pas validée tant que le dossier n'est pas complet. La place pourra alors être attribuée à un autre nouvel adhérent.

c) Les femmes enceintes et en post-partum

Pour les femmes enceintes, un avoir (à utiliser pour tous les cours, abonnement sur l'année suivant, cours à l'unité, atelier de YOGA SOPHRO L'ASSO) ou un remboursement leur sera proposé lorsqu'elles devront arrêter la pratique en fin de grossesse et qu'elles le signaleront à l'association, par mail. Si l'élève ne prévenait pas l'association de son besoin de suspendre son abonnement, elle ne pourrait pas bénéficier de l'avoir. La date d'annulation de l'abonnement correspond à la date d'envoi du mail (et non à l'arrêt des cours, si l'arrêt est intervenu avant le mail).

Si l'avoir devait servir pour des cours à l'unité, l'adhérent ne serait pas prioritaire par rapport aux adhérents annuels, et ne pourrait assister aux cours qu'après réservation (par mail ou par application), s'il reste de la place.

Le montant de l'avoir ou du remboursement, déterminé au prorata du nombre de mois restant avant la fin de l'inscription, est calculé par l'association sans que l'élève ne puisse se prévaloir d'un mode de calcul distinct. Tout mois entamé est dû. L'avoir est à utiliser au maximum dans l'année scolaire qui suit l'arrêt de l'abonnement (en année N+1).

Un certificat médical est demandé si l'arrêt intervient avant 6 mois de grossesse.

En post-partum, les pratiquantes peuvent reprendre la pratique, après avis médical, à partir de 3 mois après leur accouchement (sauf dans le cours de Vinyasa qui se fait à partir de 5 mois au moins et après avis médical).

Article 3 - Non contre-indication et obligation de chaque adhérent

De façon générale, le professeur responsable du cours reste seul juge pour accepter un élève adhérent ou non à son cours et se réserve la possibilité de refuser à un cours quiconque qui par son comportement mettrait en danger les autres participants ou nuirait au bon déroulement du cours.

a) Non-contre-indication

En cas de souci de santé à signaler, l'adhérent devra présenter un certificat médical précisant que « l'état de santé de M/Mme xxx (nom, prénom) ne contre-indique pas la pratique de xxx (préciser l'activité) ».

Pour les femmes enceintes, la fourniture d'un certificat médical est obligatoire, que l'élève soit adhérente ou non adhérente (cf. point b du présent article 3).

En cas de changement de l'état de santé en cours d'année, l'élève devra présenter un nouveau certificat médical. À défaut, le professeur se réserve la possibilité de ne pas accepter ce dernier au cours.

Par ailleurs, chaque année, les participants au cours (adhérents et non adhérents) signent une déclaration sur l'honneur d'aptitude médicale (décharge de responsabilité du formulaire d'inscription).

Les activités se font par conséquent sous la pleine et entière responsabilité de chacun. L'association se dégage de toutes responsabilités en cas de fausse déclaration.

Le professeur donne dans chaque cours les indications nécessaires à une juste pratique et invite chaque élève à respecter ses limites et ses contraintes, selon le principe yogique « ahimsa », non-violence envers soi-même. L'association se dégage de toutes responsabilités en cas de dépassement de ses capacités par l'élève.

b) Information du professeur

L'élève s'engage à informer le professeur des soucis de santé qui nécessitent un suivi médical, incluant les opérations récentes, contraintes articulaires sévères (ex : arthrose cervicale, périarthrite...) ou autres difficultés (sciatique, lumbago, insuffisance cardiaque ou respiratoire, pacemaker, hypertension, diabète...). Il s'engage également à informer le professeur de tout changement important dans sa situation de santé. Ces informations resteront confidentielles, et permettent au professeur d'adapter la séance.

Le Yoga n'est pas contre-indiqué en cas de grossesse. Toutefois, toutes pratiquantes enceintes, adhérentes ou participantes ponctuelles, à tout stade précoce ou avancé de la grossesse, devront le signaler au professeur. Par ailleurs, elles s'obligent à fournir un certificat médical. Nonobstant ce qui précède, toutes pratiquantes enceintes, adhérentes ou participantes ponctuelles est réputé avoir obtenu l'accord de son médecin.

Pour certaines disciplines, l'association pourra demander aux adhérents de remplir un questionnaire portant sur leur état de santé physique, mentale et émotionnelle, dans le seul but d'adapter le cours le mieux possible aux besoins et contraintes des élèves. Il sera strictement confidentiel, réservé au président et au professeur concerné.

c) Rappel

Les activités de médecines douces et / ou alternatives ne peuvent en aucun cas se substituer à un traitement médical prescrit, reconnu et dispensé en France. Dans le cas de pathologies avérées, la pratique du yoga ne dispense pas de consulter un médecin et peut être contre-indiquée.

Article 4 – Cotisation pour les adhérents.

a) Inscription annuelle

Le montant de l'adhésion et de la cotisation annuelle est fixé annuellement par le Bureau.

Les tarifs ci-dessous sont valables pour la saison 2026-2027.

L'adhésion (droit d'entrée) de 20 euros est due en intégralité lors de l'inscription.

La cotisation annuelle est fixée à 350 euros, pour un cours de yoga par semaine, et 360 euros pour les cours de Yoga Sophro.

Un tarif solidaire est prévu pour les étudiants et demandeurs d'emplois, d'un montant de 320 euros pour les cours de yoga et de 350 euros pour les séances de Yoga Sophro, payable en 1 fois ou en 3 fois.

Le règlement se fait uniquement sur HelloAsso (lien sur le site internet <https://www.yogasophro.com/courscollectifs>).

Si le même adhérent prend plusieurs cours par semaine, la cotisation sera adaptée en fonction de la demande (voir site internet).

Pour les nouveaux élèves : l'inscription à un ou deux cours d'essai gratuit n'ouvre pas la possibilité de réserver une place. C'est le dépôt du dossier complet qui permet de réserver sa place.

b) Cours ponctuels

Il est possible de venir ponctuellement aux « cours hebdomadaires », en réglant le cours à l'unité ou à la carte. Il y a deux types de tarifs : adhérent et non-adhérent. Si vous ne choisissez pas le tarif adhérent, vous ne serez pas couvert par l'assurance de l'association. En adhérant à l'association (20 euros de droits d'entrée), vous bénéficiez de tarifs préférentiels pour les cours à la carte et les ateliers bien-être, et vous êtes couvert par l'assurance de l'association (Crédit Mutuel), obligatoire en cas d'adhésion.

Les tarifs des cours sont affichés sur le site, sur la page des cours collectifs.

Les cartes de séances sont valables le temps de l'année scolaire N durant laquelle elles ont été achetées. Elles ne sont pas utilisables l'année suivante, N+1. Elles ne sont pas utilisables dans les cours de Yoga Famille, ni pour les ateliers bien-être.

Article 5 – Manifestations ponctuelles

Occasionnellement, il pourra être proposé des ateliers ou stages durant les week-ends ou les vacances scolaires (ou autre), pour lesquels il sera demandé une participation supplémentaire à préciser selon l'événement et fixée par le Bureau.

Pour s'inscrire à une manifestation ponctuelle, il convient de régler et prendre son billet, sur Hello Asso uniquement. En aucun cas les crédits des cours hebdomadaires ne pourront servir au règlement des ateliers ponctuels.

Aucun remboursement ne sera possible, sauf en cas de maladie, sur présentation d'un certificat médical, ou en cas de COVID sur présentation de test PCR ou antigénique positif.

Ces manifestations ponctuelles peuvent être ouvertes aux personnes non adhérentes à l'association, sur décision du Président ou du professeur concerné. Un tarif non-adhérent sera alors proposé.

Article 6 - Calendrier des cours et rattrapage

a) Calendrier

Le calendrier des cours est établi en début d'exercice par le Bureau et proposé au professeur qui donne son approbation. En règle générale, les cours ne sont pas assurés les jours fériés et durant les vacances scolaires, sauf décision contraire exceptionnelle. Une information par mail sera communiquée aux inscrits dans un délai raisonnable décidé par l'association, au moins 1 semaine avant le cours.

Les cours commencent la semaine de septembre et se terminent la première semaine du mois de juillet, équivalent à 10 mois pleins.

b) Système de rattrapage des séances manquées

Les cours non effectués par l'élève sont récupérables, dans d'autres créneaux, à la demande de l'élève, dans la mesure des places disponibles et uniquement durant l'année scolaire en cours. L'élève peut également offrir ce crédit de cours à un proche (même créneau ou un autre). Le crédit de cours revient à 0 à la fin de l'année scolaire et n'est pas reportable sur l'année suivante. Ce crédit

de cours n'est échangeable que par un autre cours et ne donne lieu à aucun dédommagement. L'élève ne pourra bénéficier de ce remplacement que s'il a annulé sa présence au cours, au moins 06h avant l'heure de début de cours, via la plateforme MomoYoga (<https://www.momoyoga.com/fr/>).

Cette possibilité n'est offerte que pour les cours hebdomadaires et ne s'applique pas aux ateliers bien-être ou au Yoga Famille.

Cette possibilité vous permet de ne pas perdre vos cours et d'en faire profiter proches ou membres de votre famille. En aucun cas la session d'un cours ne peut donner lieu à une revente des places moyennant finances. Nous comptons sur la confiance et l'honnêteté de chacun pour le respect de ces consignes. Si vous procédez à une revente des places, la personne ayant achetée ces places n'aurait pas accès au cours, et l'adhérent perdrait le bénéfice de ces places.

Ces crédits de cours ne sont à utiliser que pour participer aux cours hebdomadaires. Ils ne sont pas utilisables pour les ateliers saisonniers, ni pour les cours de yoga famille.

c) Absence prolongée de l'adhérent en début ou cours d'année

- Aucune suspension d'abonnement en cours de validité n'est possible, pour quelque raison que ce soit.
- Aucun remboursement des cours non suivis n'est possible. Les cours sont rattrapables s'ils ont été annulés en amont sur la plateforme Momoyoga, sur l'année N.
- Seule la résiliation totale de l'abonnement est possible, sous réserve de **la fourniture d'un certificat médical** interdisant la pratique du yoga ou d'un **justificatif de domicile** pour un déménagement à plus de 18 km du lieu de la salle. La demande est formulée uniquement par mail à l'association, et est appliquée à partir de la date de notification (et non de la date du début des absences), et **tout mois entamé reste dû**.

d) Absence de la professeure

En cas d'absence d'un professeur qui ne pourrait pas être remplacé, à titre exceptionnel, les élèves concernés pourront récupérer le cours sur un autre créneau horaire de leur choix jusqu'à la fin de l'année N. Dans le tarif de la cotisation, il est prévu 2 absences non remplacées du professeur (maladie, formation). Au-delà de 2 absences par année N (année scolaire), le cours sera organisé un autre jour à un créneau similaire (ou remboursé si l'organisation d'un cours de remplacement n'est pas possible). Si aucun créneau proposé ne convenait d'ici la fin de l'année scolaire, le cours serait alors remboursé en fin d'année. En aucun cas, l'association ne pourra être tenue responsable de la gêne occasionnée.

Exceptionnellement, la mairie pourrait avoir besoin de la salle pour des manifestations exceptionnelles (votes, fêtes d'école, Téléthon). Le cours serait alors soit *i)* organisé dans une autre salle à la même date, soit *ii)* soit reporté à une date ultérieure si cela est possible, soit *iii)* organisé en visioconférence soit *iv)* **annulé** et l'association Yoga Sophro ne pourra pas être tenue responsable de la gêne occasionnée.

Yoga Famille :

Les dates sont établies en avance par le Bureau.

Exceptionnellement, la mairie pourrait avoir besoin de la salle pour des manifestations exceptionnelles (votes, fêtes d'école), ou le professeur pourrait finalement être indisponible. Le cours serait alors reporté à une date ultérieure et l'association Yoga Sophro ne pourra pas être tenue responsable de la gêne occasionnée. Le crédit du cours pourra être utilisée pour une séance à une date ultérieure, ou remboursé.

S'il y a moins de 3 familles inscrites, l'association se réserve le droit d'annuler la séance, et de rembourser les familles inscrites, ou de reporter leur inscription à un prochain atelier, selon leur souhait.

Les ateliers et cours Yoga Famille nécessitant un nombre minimum de participants pour être maintenus. Toute annulation moins de 48 heures avant la séance ne pourra donc faire l'objet d'un report ou d'un remboursement, sauf en cas de maladie. Afin de ne pas solliciter inutilement les professionnels de santé, aucun certificat médical ne sera demandé. L'association remercie les adhérents de respecter cette mesure avec honnêteté et discernement, afin de préserver l'équilibre et le bon fonctionnement des activités proposées.

Article 7 – Matériel – tenue vestimentaire & effets personnels

a) Matériel

Les élèves sont priés d'apporter leur propre matériel : tapis de yoga, 2 briques en liège (ce nombre de briques est fortement recommandé), une sangle.

Un coussin peut être nécessaire pour certaines personnes. Pour la relaxation, prévoir une couverture.

b) Tenue vestimentaire

Aucune tenue particulière n'est exigée, cependant des vêtements de sport souples et confortables sont conseillés.

c) Effets personnels

Les téléphones portables doivent être éteints ou en mode silencieux, ainsi que les montres connectées. Le mode « vibreur » n'est pas autorisé.

Chaque adhérent est seul responsable de ses affaires personnelles laissées dans la salle de pratique ou dans le vestiaire (s'il y en a). Si des affaires étaient oubliées dans la salle de pratique ou dans le vestiaire, l'association ne pourrait en être tenue responsable.

Si l'élève emprunte du matériel pour la pratique de l'activité, il en devient responsable pendant tout le temps de l'emprunt.

Article 8 – Exclusion – Décès – Résiliation d'une adhésion

1. Exclusion

Comme indiqué à l'article 8 des statuts, l'exclusion d'un adhérent peut être prononcée par le Bureau de l'association, pour motif grave. Sont notamment réputés constituer des motifs graves :

- Le non-paiement de sa cotisation ou de son adhésion : l'adhérent sera relancé 3 fois par mail ; après la 3^{ème} relance pour non règlement de sa cotisation ou de son adhésion, l'adhérent sera exclu et sa place sera libérée ; Les montants déjà réglés ne seront pas remboursés ; Le non-paiement d'une échéance lors du règlement en 3 fois sur HelloAsso est considéré comme un non-paiement et doit être régulariser rapidement, avant la fin du mois en cours.

- Une condamnation pénale pour crime ou délit,
- Toute action de nature à porter préjudice, directement ou indirectement, à un membre du Bureau ou un adhérent, aux activités de l'association ou à sa réputation.

La décision d'exclusion est adoptée par le Bureau statuant à la majorité des membres présents.

2. Décès

En cas de décès d'un adhérent, les héritiers ou les légataires peuvent utiliser l'adhésion en cours de l'adhérent et venir aux cours, sur accord du bureau. Un remboursement peut être proposé, aux mêmes conditions que proposées ci-dessous pour la résiliation.

3. Résiliation

La cotisation n'est pas remboursable, sauf pour cause de *i)* décès, *i)* déménagement dans un lieu à plus de 18 km du lieu de la salle, *iii)* maladie, grossesse ou incapacité avérée et justifiée par un certificat médical. L'adhésion n'est en revanche jamais remboursable.

Dans ces cas-là, l'adhérent (ou ses héritiers pour le décès) doit en informer le Bureau ou le professeur dans les meilleurs délais et par mail ; la voie orale au professeur ne peut être prise en compte pour une demande de résiliation ; la date de prise en compte de la résiliation de l'abonnement sera la date du mail envoyé. Le justificatif peut être fourni dans le mois qui suit l'annulation de son abonnement. Le remboursement interviendra uniquement à réception du justificatif. Si la déclaration intervient en cours de mois, le mois entier est dû. L'arrêt de l'adhésion prendra donc effet le mois qui suit la déclaration, et ne pourra être rétroactif. C'est bien la date de la déclaration de l'événement à l'association par mail et non sa date de survenance qui sera prise en compte. Ainsi, le remboursement ne prendra pas en compte les absences survenues en amont de la déclaration, quel qu'en soit la raison.

Le calcul du montant du remboursement se fait prorata du nombre de mois restant, hors mois entamé ; Le calcul est celui de l'association, et en aucun cas un élève ne pourra se prévaloir d'un mode de calcul différent. Voici le calcul qui est retenu par l'association (tarif normal ou réduit) :

$[\text{cotisation annuelle} / 10] \times \text{nb de mois restants (hors en cours et jusqu'à juin inclus)}$
--

Pour le déménagement : si le déménagement dans un lieu à plus de 18 km est prévu avant le début du mois de février de l'année N, l'association ne pourra pas vous proposer d'abonnement, vous serez invité à prendre une carte de cours. Si l'abonnement a déjà été effectué, mais que le déménagement intervient avant début février, une retenue de 20 % du montant de la cotisation réglée sera appliquée.

Article 9 – Assemblées générales – Modalités applicables aux votes

1. Votes des membres présents

Les membres présents votent à main levée. Toutefois, un scrutin secret peut être demandé par le bureau ou par 2/3 des membres présents (ou au moins un des deux membres s'ils ne sont que deux membres présents).

2. Interdiction du vote par procuration

Les adhérents qui ne pourront pas être présents à l'Assemblée Générale ne pourront pas se faire représenter.

Article 10 – Indemnités de remboursement de frais.

Le Président peut prétendre au remboursement des frais engagés dans le cadre de ses fonctions et sur justifications.

Le professeur peut prétendre au remboursement de ces frais lorsqu'ils servent son enseignement (formation, déplacement, organisation de réunion, tenues ou matériels, etc.)

Article 11 – Modification du règlement intérieur

Le présent règlement intérieur pourra être modifié par le bureau et présenté à une assemblée générale ordinaire.

Article 12 - Bureau, instance dirigeante

- Le Président représente l'association dans tous les actes de la vie civile. Il signe, au nom de l'association tous les documents et pièces nécessaires aux activités de son objet social. Il signe les procès-verbaux des réunions et Assemblées Générales. En cas d'empêchement, il délègue ses pouvoirs à un autre membre du Bureau ou à la gestionnaire de l'association, en signant en amont une délégation de pouvoirs. Il a qualité pour ester en justice au nom de l'association. Le Président exerce aussi la fonction de Secrétaire.

- Le Trésorier est chargé de tenir ou faire tenir sous son contrôle la comptabilité de l'association. Il supervise tout paiement et reçoit, sous la surveillance du Président, toutes les sommes dues à l'association. Il ne peut aliéner les valeurs constituant le fond de réserves qu'avec l'autorisation du Bureau. Il tient une comptabilité régulière de toutes les opérations qu'il effectue et rend compte à l'Assemblée Générale annuelle qui approuve sa gestion.

De plus, il est chargé de tout ce qui concerne les convocations, la correspondance et les archives. Il rédige les procès-verbaux des réunions et assemblées et en général toutes les écritures concernant le fonctionnement de l'association.

- Le changement des membres du bureau doit être effectué avec l'accord de chacun des membres du bureau et validé en Assemblée Générale ordinaire ou extraordinaire.

Le Bureau de l'association

Fait à Palaiseau le 17/06/2026

Signature de la président de l'Association

Dorothée Danloue

Précédée de la mention « lu et approuvé »



YOGA•SOPHRO
L'Asso

