

FORMULAIRE D'INSCRIPTION STUDIO 4 - 2023/2024

Toutes les informations en **gras** sont obligatoires.

NOM : **PRÉNOM** :

ADRESSE :

DATE DE NAISSANCE :/...../..... **PROFESSION** :

NUMÉRO DE SÉCURITÉ SOCIALE : (en cas d'urgence)

TÉLÉPHONE PORTABLE : / / / / **MAIL**@.....

TÉLÉPHONE AUTRE (personne à contacter en cas d'urgence) : **NOM** **TEL** / / / /

FORFAIT (cochez la case correspondante)

- 1 cours/semaine avec engagement annuel (soit 15€ le cours)**
- 2 cours/semaine avec engagement annuel (soit 12,50€ le cours)**
- Cours à l'unité sans engagement (soit 19€ le cours)**
- Attente cours CHIVA**

Ces questions servent uniquement à établir un suivi, adapter les exercices, répondre à vos besoins et exercer en toute sécurité. Toutes les réponses restent confidentielles.

Activité

- Autre(s) activité(s) physique(s) exercée(s) cette année :
- Avez-vous auparavant exercé une activité physique en particulier pendant une longue période ? Si oui, laquelle ?
- Avez-vous déjà pratiqué la Méthode Pilates ? Si oui, avec quelle asso/entreprise et où ?

Santé

- Avez-vous une ou des pathologies, problématiques ? Si oui, lesquelles ?
- Avez-vous subi des opérations ces 5 dernières années ? Si oui, lesquelles ?
- **Prenez-vous un traitement médical pour le cœur, la tension artérielle ?** Oui Non
- **Êtes-vous enceinte ? Si oui, de combien de mois**.....
- **Venez-vous d'accoucher ? Si oui, il y a combien de temps ?**.....
- Voyez-vous un ostéopathe ou un kinésithérapeute ? Si oui, quel(le) est son nom ?
- Actuellement avez-vous des consignes d'un professionnel de santé ?

Besoins et motivations

- Avez-vous des besoins, envies particulières concernant la pratique du Pilates au sein de Studio 4 ?
 - Bien-être général
 - Rééducation
 - Améliorer ma posture
 - Me renforcer / me muscler
 - Prendre du poids
 - Voir du monde
 - Être plus apaisé(e)
 - Autres :
 - Soulager des maux
 - Me sentir plus libre dans mes mouvements
 - Moins chuter / meilleur équilibre
 - Perdre du poids
 - Affiner ma silhouette
 - Prendre confiance en moi
 - Améliorer mes compétences physiques et mentales
 - Préparation physique

En procédant à une inscription aux activités du Studio 4, **je m'engage à respecter scrupuleusement le Règlement intérieur dont je m'engage à avoir pris connaissance.** En cas de non-respect de ce règlement, je pourrai me voir refuser l'accès aux locaux et aux activités sans qu'aucun remboursement de frais ne soit accordé. J'autorise également Studio 4, dans le cas où aucune personne proche n'est joignable et que la situation réclame une décision urgente, à permettre des soins médicaux ou une hospitalisation d'urgence. J'atteste que toutes les réponses écrites sont exactes, que je détiens une responsabilité civile et que mon certificat médical à moins de 3 ans et que je suis toujours apte et en condition pour pratiquer le Pilates à ce jour.

Fait à :

Le :/...../.....

Signature précédée de la mention « Lu et approuvé » :