

YI DONG TAO

Les chemins d'un corps fluide

FICHE D'INSCRIPTION & ENGAGEMENT

activité corporelle de relaxation et de bien-être

Ce document reste strictement confidentiel et est destiné uniquement à l'organisation de la séance.

Vos Informations Personnelles

Nom : _____

Prénom : _____

Date de naissance : ____ / ____ / ____

Téléphone : _____

Adresse e-mail : _____

Contact d'urgence (Nom + Téléphone) :

Informations de Santé & Confort

Afin d'adapter au mieux les mouvements, merci de signaler toute situation particulière :

Douleurs ou blessures récentes ? (ex : dos, cervicales, genoux...)

☐ Non

☐ Oui : _____

Problèmes circulatoires ou vertiges réguliers ?

☐ Non

☐ Oui : _____

Grossesse en cours ?

☐ Non

☐ Oui (préciser le nombre de mois : _____)

Autre point que vous souhaitez porter à la connaissance de l'animateur/animateur :

Engagement & Décharge de Responsabilité

Je soussigné(e) _____ ,
déclare participer à la séance de YI DONG TAO (activité corporelle de relaxation et de bien-être) de mon plein gré et sous ma propre responsabilité.

Je certifie que :

1. Mon état de santé me permet de pratiquer une activité physique douce (étirements, mouvements lents, respiration, relaxation au sol).
2. Je m'engage à écouter mon corps, à respecter mes limites physiques et à cesser immédiatement tout exercice qui provoquerait une douleur ou un inconfort.
3. Je décharge l'animateur/animatrice ainsi que les propriétaires du lieu privé mis à disposition de toute responsabilité en cas de blessure ou d'incident survenu, si je n'ai pas respecté les consignes de sécurité ou mes propres limites corporelles.

Fait à : _____ , le ____ / ____ / 2026

Signature du participant (précédée de la mention manuscrite "Lu et approuvé") :