

CHARTE DE SYMPHONIE POSTURALE 2024/ 2025
période 16/09/2024 au 27/06/2025 (hors vacances scolaires)

Compte tenu du nombre limité de participants par cours (15 à Belberaud et Labège, 10 à Castanet), les créneaux horaires doivent être déterminés à l'inscription.

Une « dérogation » est applicable pour les pratiquants dont les horaires professionnels sont fluctuants.

Les absences doivent être signalées le plus tôt possible (par mail, texto, téléphone) afin de permettre des récupérations éventuelles, en fonction des places disponibles sur les 3 communes.

Le stretching postural® requiert de la concentration : pour un bon déroulement du cours, merci d'arriver quelques minutes avant afin de faciliter le placement du groupe ; **toute personne arrivant alors que le cours a commencé doit s'y intégrer le plus discrètement possible**

Veillez également à éteindre votre téléphone portable

L'exercice comprend 33 semaines de cours (du 16 septembre 2024 au 27 juin 2025 hors vacances scolaires) ; **l'inscription se faisant pour 30 ou 60 séances, les cours excédentaires seront à régler en sus (voir rubrique tarif sur le site)**

Les cours susceptibles d'être dispensés pendant les vacances ne sont pas inclus dans la cotisation.

Une tenue confortable est conseillée et la pratique du Stretching Postural® se fait ***pieds nus***

Chaque adhérent(e) (en fonction de leur besoin) devra amener son matériel personnel (tapis, serviette, rehausseur, coussins, bandelettes et bouteille d'eau).

Le certificat médical n'est plus obligatoire, dès lors

- que vous signez sur la fiche d'inscription que vous n'avez pas de contre-indication aux pratiques proposées par Symphonie Posturale