QUESTIONNAIRE DE SANTÉ *

Durant les 12 derniers mois :

	cochez la case correspondante : OUI	NON
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?		
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?		
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?		
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?		
5) Si vous avez arrêté la pratique du yoga pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord de votre médecin ?		
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies)		
A ce jour :		
7) Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux, articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite etc...) survenu durant les 12 derniers mois ?		
8) Votre pratique du yoga a-t-elle été interrompue pour des raisons de santé ?		
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique du yoga ?		

** NB : les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité de l'adhérent(e).*

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions : Pour votre sécurité, nous vous recommandons de consulter un médecin.

Le yoga n'est pas un sport mais une activité de détente qui comprend des exercices physiques. Aucun mouvement ou posture n'est imposé et nous vous invitons à rester à l'écoute de votre corps. Vous êtes tout à fait libre de ne pas exécuter un mouvement qui ne vous conviendrait pas et déclinons toute responsabilité dans le cas contraire.