

**L-FY SARLU**  
**PILATES – FICHE DE RENSEIGNEMENT**

**Nom et prénom(s) :**

**Adresse :**

**Email :**

**Mobile :**

**Contact d'urgence (nom et téléphone) :**

**1. Niveau Pilates (cochez la case correspondante)**

- Débutant
- Intermédiaire
- Avancé

**2. Mode de vie (cochez la case correspondante)**

- Sédentaire
- Modérément actif/active
- Actif

**3. Pratique sportive**

Participez-vous à d'autres activités sportives ? Si oui, lesquelles ?

---

---

**4. Motivation**

Pourquoi souhaitez-vous pratiquer le Pilates ?

---

## 5. Antécédents médicaux

Souffrez-vous ou avez-vous souffert de l'un des problèmes suivants ?

Problèmes cardiaques /pulmonaires /respiratoires: Oui / Non

Épilepsie, vertiges, migraines: Oui / Non

Êtes-vous enceinte ou avez récemment eu un bébé: Oui / Non

Avez-vous des problèmes articulaires - dos, épaule, genou, hanche, poignet, cheville, cou: Oui / Non

Veuillez préciser si autres :

## 6. Autorisation médicale

Je confirme être en bonne santé et apte à pratiquer les cours de Pilates au sein du studio.

J'atteste avoir consulté un professionnel de santé si nécessaire et m'engage à informer le

studio de toute condition médicale, blessure ou changement pouvant affecter ma pratique.

Je participe aux cours en connaissance de cause et sous ma propre responsabilité.

Date :

Signature :

## CHOIX DE COURS



# L-FY Studio

## PLANNING PILATES 2025-2026

				
<b>MARDI</b>	07H45-08H45 PILATES MAT	12H15-13H15 PILATES LADDER BARREL	17H45-18H45 PILATES MAT	
<b>MERCREDI</b>	09H-10H PILATES MAT + BARREL	10H15-11H15 PILATES LADDER BARREL	11H30-12H30 PILATES LADDER BARREL	
<b>JEUDI</b>	07H45-08H45 PILATES MAT	12H15-13H15 PILATES STEP BARREL		
<b>VENDREDI</b>	11H-12H PILATES STEP BARREL			<b>PILATES REFORMER COURS PRIVÉS</b>
<b>SAMEDI</b>	07H45-08H45 PILATES MAT + BARREL			<b>HORAIRES VARIABLES SELON LES DISPONIBILITÉS</b>

**RÉSERVATIONS**  WhatsApp : +261 33 14 461 96 **L-FY STUDIO** Analamahitsy [www.lfystudio.com](http://www.lfystudio.com)

Merci d'indiquer votre choix de date, heure et cours. Ces informations peuvent être modifiées en cas de changement de planning ou de disponibilité.

## TARIFS PILATES

TARIFS	SEANCE	ABONNEMENT MENSUEL	ABONNEMENT TRIMESTRIEL
<b>PILATES MAT 1H</b>	35,000 Ar	125,000 Ar / 4 SEANCES	360.000 AR / 12 SEANCES
<b>PILATES STEP BARREL PILATES MAT + STEP BARREL 1H</b>	45,000 Ar	170,000 Ar 4 SEANCES	470.000 AR/ 12 SEANCES
<b>CARTE 12 COURS (VALIDABLE 3 MOIS), PILATES MAT PILATES STEP BARREL PILATES MAT + STEP BARREL 1H</b>	430.000 AR		
<b>PILATES REFORMER 1H</b>	SOLO 120.000 Ar  DUO 110.000 Ar /pers	SOLO 440.000 Ar / 4 SEANCES	X
<b>PILATES LADDER BARREL + STEP BARREL 1H</b>	70.000 Ar	260.000 Ar / 4 SEANCES	X

## TARIFS COURS PRIVES

TARIFS	STUDIO LADDER BARREL + STEP BARREL	STUDIO REFORMER	STUDIO PILATES MAT/BARREL PRENATAL/POSTNATAL	DOMICILE* PILATES MAT
<b>1 PERSONNE</b>	1H 70.000 AR	1H 120.000 Ar	50 MIN - 1H SEANCE 70.000 Ar	1H A partir de 120.000 Ar
<b>2 PERSONNES</b>	x	1H 220.000 Ar	1H SEANCE 130.000 AR	1H A partir de 160.000 Ar
<b>3-6 PERSONNES</b>	x	x	1H 55.000 AR / personne	1H 60.000 AR / personne

\*Tarif modifiable selon l'emplacement, le nombre de participant & le volume horaire.

## **CONDITIONS DE RESERVATIONS & D'ANNULATION**

Afin de garantir le bon fonctionnement du studio, d'optimiser les créneaux et de respecter la disponibilité de chacun(e), de nouvelles conditions de réservation et d'annulation sont mises en place. Les places étant limitées, nous vous remercions pour votre compréhension et collaboration.

### **Réservations**

- Les réservations se font **au plus tard 24 heures avant le cours**, par WhatsApp au **+261 33 14 461 96**.
- Vous pouvez réserver **en avance** pour plusieurs séances.
- Un message de confirmation vous sera envoyé la veille du cours.

### **Abonnements**

- Les cours sont **payables à l'avance** ou **au premier cours**.
- Les abonnements sont valables **de date à date**. Exemple : du **5 janvier au 5 février 2024**.
- **En cas d'absence ou d'imprévu**, le cours peut être **rattrapé** durant la période de validité de l'abonnement, **selon les places disponibles**.
- Si l'abonnement est **périmé**, les cours restants seront **convertis en séances individuelles** (à tarif unitaire).

### **Absences et Annulations**

- **Annulation possible jusqu'à minuit la veille du cours**.
- Toute annulation **le jour J** entraîne des frais :
  - **Mat & Barrel** : 15 000 AR seront facturés lors de la prochaine séance.
  - **Reformer** : 25 000 AR seront facturés lors de la prochaine séance.
- **Sans réponse ni annulation**, la séance sera **considérée comme due et facturée intégralement**.

Les forfaits et horaires sont **flexibles** et peuvent être ajustés selon vos disponibilités en cours d'année.

## **MODES DE PAIEMENT**

- **Espèces**
- **Chèque à l'ordre de L-FY SARLU**
- **Mobile Money / MVOLA au 034 72 177 89 - Belly Malala**

LE ...../...../.....,

SIGNATURE et Mention manuscrite (lu et approuvé) :