Respectez l'étiquette

Voici une page qui explique l'étiquette si vous êtes nouvelle / nouveau à un cours de yoga. La même information est disponible en anglais

Étiquette de conduite pour les cours de groupe

- Arriver en retard à un cours nuit à l'ambiance de l'entraînement, si cela vous arrive, svp entrez discrètement afin de ne pas déranger la classe
- Les vêtements appropriés sont de rigueur: vêtements amples, t-shirt lousse qui va jusqu'au cou
- Il est suggéré d'apporter une bouteille d'eau
- Les classes sont une activité de groupe. SVP suivre la routine du professeur. Votre niveau d'effort est personnel il n'est pas recommandé de briser le rythme de la classe en improvisant vous-même
- SVP garder le ton de votre voix au plus bas niveau
- Sauf s'il y a eu une entente au préalable, aucun téléphone cellulaire ou pagette
- Soyez respectueux de votre espace ainsi que de celui de votre voisin
- SVP ne pas mettre de parfum trop accentué parce que certaines personnes ont une sensibilité prononcée

Bonne classe