



Pour s'inscrire, merci de communiquer par message écrit (SMS ou Whatsapp) ou par courriel

1. Nom du cours/demande d'info
2. Nom et prénom du participant
3. Image de la carte d'identité du participant
4. Nom et prénom du représentant légal
5. Téléphone mobile
6. Courriel

et d'adresser votre paiement en précisant le nom du participant jusqu'à trois jours avant le début de l'activité.

Par le paiement des frais de participation, vous déclarez approuver le règlement. Ainsi la place pour l'activité vous sera est réservée.



Contact: Cindy Guyot
Rue du Sentier 13a, 2013 Colombier NE
metisphere.cgpf@gmail.com
079 458 06 08 (message écrit détaillé)

Banque Raiffeisen Neuchâtel et Vallées
IBAN : CH24 8080 8006 93 84 1054 5
SWIFT-BIC: RAIFCH22XXX
Ou par TWINT

Cours Sirènes

Nouvelles dates pour l'automne 2021

Cours Petites Sirènes dès 8 ans

- **Couvet, EspaceVal** : Jeudi 18h00-18h50,
21-28 octobre, 4-11-18-25 novembre et 2-9-16 décembre, 9 séances de 50 minutes: 225.-
- **Romont, Epicentre**: Vendredi 18h00-18h50
5-12-19-27 novembre et 3-10-17 décembre, 7 séances de 50 minutes: 175.-
- **Neuchâtel, Crêt-du-Chêne**: Samedi 13h15-14h15
23-30 octobre, 6-13-27 novembre*, 4-11 décembre, 7 séances de 50 minutes: 175.-

Cours AVANCES Sirènes

- **Romont, Epicentre**: Vendredi 19h00-19h50
5-12-19-27 novembre et 3-10-17 décembre, 7 séances de 50 minutes: 175.-
- **Neuchâtel, Crêt-du-Chêne**: Samedi 14h15-15h30
23-30 octobre, 6-13-27 novembre*, 4-11 décembre, 7 séances de 50 minutes: 175.-

Cours ADULTES Sirènes

- **Romont, Epicentre**: Vendredi 19h00-20h30
5-12-19-27 novembre et 3-10-17 décembre, 7 séances de 90 minutes: 315.-
- **Neuchâtel, Crêt-du-Chêne**: Samedi 15h30-17h00
23-30 octobre, 6-13-27 novembre*, 4-11 décembre, 7 séances de 90 minutes: 315.-

Cours Parents-Enfants Sirènes

- **Romont, Epicentre**: Vendredi 19h00-20h30
5-12-19-27 novembre et 3-10-17 décembre, 7 séances de 90 minutes: 315.-

**pas de cours le 20 novembre en raison d'une formation continue*

Règlement

Le participant/ son représentant légal certifie qu'il est en bonne santé et apte à la pratique de l'apnée sportive et à la plongée; et qu'il est de sa responsabilité d'informer son moniteur de l'état de son santé. Il n'est pas nécessaire de savoir parfaitement nager cependant, il faut être à l'aise dans l'eau lorsqu'on n'a pas son fond.

Le participant/ son représentant légal connaît les risques inhérents à la pratique de l'apnée sportive (hypoxie, syncope, vasoconstriction périphérique, barotraumatisme). Chaque participant doit être personnellement assuré contre les accidents.

Chaque participant doit s'être inscrit préalablement à la séance, s'être acquitté de l'intégralité des frais de participation avant le début du cours aux conditions définies selon le type de prestation. Sans paiement préalable, l'inscription est annulée. Le prix n'inclut pas l'entrée dans l'établissement sportif.

Chaque participant doit arriver en tenue adéquate et à l'heure, sur le lieu de rendez-vous. Il doit se conformer au règlement en vigueur dans l'établissement fréquenté ainsi qu'aux mesures de protection contre le COVID-19.

L'équipement complet est mis à disposition des élèves sauf les lunettes ou le masque qu'il faut penser à prendre avec soi. Il faut avoir soin du matériel prêté, le ranger convenablement et laisser l'endroit propre derrière soi.

Chaque participant doit respecter les consignes du moniteur et ne pas quitter le groupe sans l'avertir.

Les absences doivent être annoncées 24h d'avance, l'activité sera reportée, aucun remboursement ne sera effectué (excepté sur présentation d'un certificat médical).

Les cours prévus à l'extérieur ont lieu par tous les temps, sauf préavis du moniteur qui se réserve le droit de modifier l'horaire ou d'annuler une séance. Celle-ci sera reportée, aucun remboursement ne sera effectué.

La prise d'images/vidéos/sons ne sont pas acceptés durant les activités sans l'autorisation de l'encadrant.

Le participant/ son représentant légal autorise Cindy Guyot ou les moniteurs de Métisphère Swiss Mermaid à prendre des images et les diffuser publiquement sur tous les supports promotionnels, médiatiques, réseaux sociaux et support en ligne. Les images/vidéos/sons pris durant les cours sont la propriété de Cindy Guyot et se trouvent sous sa responsabilité; elles peuvent être transmises uniquement par le biais de l'application whatsapp.

Ni Cindy Guyot ni les moniteurs ne peuvent être tenus responsables des vols ou exactions commises contre des participants sur les lieux du cours.

*Inhale Love..
Exhale Fear!*



Programme des Cours Sirènes

Techniques de respiration, apnée statique et dynamique, palmage, figures et enchaînements sous l'eau, jeux sur le thème des sirènes et de l'eau, sécurité aquatique

Sur mesure...

Nous organisons des événements «Découverte» pour les groupes: Famille, Amis, Jeune marié-e, Sortie d'entreprise et Anniversaire

*Ou des leçons individuelles
Nous proposons aussi des Cartes
Cadeau*

*La pratique de l'apnée sportive favorise la concentration et la pleine conscience, le voyage est suprême.. Néanmoins cela reste une activité aquatique non sans risque!
Ne plongez jamais seul!*