Voici en détails la marche à suivre pour vous inscrire et participer aux cours de l'Académie de Yoga :

<u>Pour créer son compte</u> :

1 - Sur la page d'accueil, en haut à droite, cliquez sur le bouton "Connexion".

2 - Créer un compte en cliquant sur "Nouveau sur ce site, s'inscrire". Suivez les instructions en rentrant votre email et un mot de passe. Après la création de votre compte en ligne, vous devez recevoir un e-mail de confirmation à l'adresse mail que vous avez indiqué sur le site (sinon vérifiez dans vos spam ou messages indésirables). Il vous faut ensuite cliquer sur le lien de confirmation que vous aurez reçu par e-mail pour finaliser la création de votre compte.

3 - Si vous avez déjà crée un compte sur le site de l'école, alors connectez-vous avec vos identifiants habituels.

4 - Une fois connecté, votre identifiant doit apparaître en haut à droite de la page d'accueil.

<u>Pour réserver sa séance</u> :

1- Cliquez sur l'onglet "Horaires" dans le menu (sous le logo de l'école).

2- Descendez sur la page jusqu'à voir apparaître : " Réservations en ligne".

3- Choisissez le style de yoga auquel vous souhaitez assister : "Hatha Yoga", "Yin Yoga", "Yoga Nidra", etc.

4- Cliquez sur "Réserver" dans le style de yoga qui vous convient.

5- Un calendrier avec des horaires de cours apparaît. Cliquez sur l'horaire et le jour qui vous conviennent.

6- A droite de l'écran, un encadré apparaît avec l'intitulé du cours, le jour et l'heure du cours, le professeur enseignant. Cochez "réserver une séance" puis "suivant".

7- Vos informations de réservation apparaissent : Nom, prénom, e-mail, téléphone. Et toujours dans l'encadré à droite de vos informations, cliquez sur "Réserver".

8- Vous êtes alors dirigé vers une page qui vous dit : "Bravo, votre séance est réservée" et vous recevez un e-mail de confirmation de réservation (sinon vérifiez dans vos spam ou messages indésirables).

<u>Pour accéder aux cours en vidéo</u> :

L'étape précédente d'inscription en ligne est indispensable à votre participation aux cours en visioconférence.

1- Pour les cours de yoga en visioconférence, il est spécifié le terme « en ligne » avec le style de yoga choisi (Hatha Yoga en ligne, Ashtanga Yoga en ligne, etc.).

2- Après avoir suivi les mêmes étapes d'inscriptions expliquées précédemment, vous recevrez automatiquement un e-mail de confirmation avec un lien pour accéder à la plate forme vidéo, afin de vous connecter quelques minutes avant votre séance.

3- Quelques minutes avant votre séance, vous pourrez cliquer sur le lien vidéo envoyé précédemment afin d'assister au cours.

Bonne pratique !