



ÉVALUATION DU PARTICIPANT

Date : ____/____/____
JJ / MM / AAAA

Lieu de la pratique: _____

Nom de l'enseignante : _____

Quelle est la raison qui a motivé votre participation à cette séance de Yoga ?

Sur une échelle de 1 (mauvais) à 10 (très satisfaisant), encerclez :

	Avant la pratique du Yoga										Après la pratique du Yoga									
État de bien-être émotionnel	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
État de bien-être corporel	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Niveau de fatigue	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Quel était votre niveau de stress avant la séance de Yoga ? _____

Quel était votre niveau de stress après la séance de Yoga ? _____

Quel a été votre coup de cœur pendant la séance de Yoga ?

Que reprenez-vous de votre expérience ?

Quels sont les points à améliorer selon vous ?

Sur une échelle de 1 (basse appréciation) à 5 (haute appréciation), encerclez !

Appréciation générale de la séance de Yoga	1	2	3	4	5
Résultats bénéfiques	1	2	3	4	5
Recommandation à des amis, famille, collègues	1	2	3	4	5
Intention de participer à d'autres séances de Yoga	1	2	3	4	5

Informations démographiques : Seulement pour nos propres statistiques

Groupe d'âge, encerclez : 14+ 20+ 30+ 40+ 50+ 60+ 70+ 80+ 90+

Votre sexe(optionnel) : _____ Votre localisation, région d'origine : _____

MERCI ! Bonne fin de journée !