

Bulletin d'inscription

Ce stage s'adresse aux personnes MAJEURES et en BONNE SANTE !

*Ce formulaire est à retourner accompagné de votre règlement voir plus bas,
A Sylvie MARIN-PACHE, 31 rue du gros tertre, 22370 PLENEUF VAL ANDRE.*

Dates du stage choisi : duau

ATTENTION : Une semaine de jeûne, c'est une semaine de préparation chez soi, une semaine de jeûne , puis une semaine de reprise alimentaire chez soi ! Prévoyez donc, dans l'idéal , **trois semaines sans invitation ni restaurant ! Me contacter pour plus de précisions.**

Nom, Prénom :

Age :

Profession :

Adresse postale :

.....

Courriel :

Téléphone fixe :

Téléphone mobile :

Avez-vous déjà pratiqué le jeûne ? **oui – non** Si oui, seul(e) ou en groupe ? Dans quel(s) centre(s) ?

.....

Pourquoi voulez-vous jeûner et qu'attendez-vous de ce stage ?

.....

.....

Suivez-vous un traitement médical ?**oui - non**

Si **oui**, lequel ?

.....

.....

Dans ce cas, joindre un **certificat médical** attestant de votre capacité à effectuer ce séjour.

Contre-indications:

Il est strictement contre indiqué en cas :

d'amaigrissement extrême, troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie), d'hyperthyroïdie décompensée, d'artériosclérose cérébrale avancée, d'insuffisance hépatique ou rénale avancée, grossesse ou d'allaitement, de dépendances, d'ulcère de l'estomac ou du duodénum, d'affections coronaires avancées, de décollement de la rétine, de psychose, de diabète de type 1, de maladies tumorales et de sclérose en plaques, de traitements médicamenteux lourds,

J'arrive :

En train ; gare de Lamballe ; si je connais les horaires :

Arrivée (autour de 17h le samedi).....

Départ (autour de 15h le vendredi) :

En voiture - Je propose un co-voiturage

Hébergement :

L'hébergement se fait en **chambre individuelle** :

Prix du stage 2017 : 500€ (Accompagnement : 300€ / Hébergement : 200€).

Sanitaires : un pour deux personnes maximum

Lit : 140 cm ou 160 cm

Draps et serviettes de toilette : fournis

Soins pendant le séjour :

Pendant le séjour, je souhaite bénéficier :

*d'un **massage** d'une heure : **55€** : **oui – non**

*d'une **réflexologie plantaire** d'une heure : **50€** : **oui – non**

*d'une **irrigation du côlon** : **80€** : oui – non (seulement si je dispose d'une voiture car à 25 km du gîte)

(si oui, **prendre contact vous-même** avec Marie-Ange GUIVARCH,

06.72.05.57.48 / irrigation-colon-bretagne@gmx.fr)

***SPA marin de Pléneuf Val André**: **81 €** : **oui – non**

Offre journée découverte : Un bain aux huiles essentielles, et un enveloppement d'algues. Un accès à l'Espace Forme : piscine d'eau de mer chauffée, parcours marin, couloir de nage, hammam, salle de fitness, durant la demie journée de soins.

(**A réserver vous-même** au : 02 56 57 50 05)

(Voiture indispensable, 6 km du gîte)

Acompte :

Ci-joint, un chèque d'acompte de **200€** **qui ne sera pas encaissé avant la fin du stage**, à l'ordre de **Anne-Marie CROLAIS** (Hébergement).

La réservation ne sera effective que lorsque cet acompte aura été versé !

Annulation du stage :

En dessous de trois personnes inscrites au stage, l'animatrice se réserve le droit d'annuler le stage. Cette annulation ne pourra avoir lieu à moins de trois semaines du stage.

En cas d'annulation, le chèque d'acompte sera immédiatement renvoyé.

Désistement :

En cas de désistement **plus de 15 jours avant le début du stage**, le chèque d'acompte sera déchiré ou bien restera valable pendant 1 an sur un séjour de votre choix.

En cas de désistement **moins de 15 jours avant le début du stage**, l'acompte sera encaissé.

Responsabilité :

Je déclare que j'ai pris connaissance des contre-indications, que je suis en bonne santé, que je suis en mesure de marcher au moins 4 heures par jour et que je prends l'entière responsabilité de mes activités individuelles et collectives.

J'atteste avoir souscrit un contrat d'assurance responsabilité civile individuelle (**RCI**).

Date :

Signature :