

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 : du au

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 précision.

Nom, Prénom : Age :

Profession :

Adresse postale

Courriel :

Téléphone fixe : 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 obligatoire attestant de votre capacité à effectuer ce séjour (jeûner et marcher)

Contre-indications :

Le jeûne est strictement contre-indiqué en cas de :

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

J'arrive :

En train : **gare de Lamballe** . (Je viens vous chercher et je vous y ramène). Si je connais les horaires :

- Arrivée (autour **de 17h** le samedi) :

- Départ (autour **de 15h** le vendredi) :

En voiture : Je propose un co-voiturage ? **oui – non**

Soins pendant le séjour :

Pendant le séjour, je souhaite bénéficier :

*d'un **massage** d'une heure : **65€** : **oui – non**

* **d'une réflexologie plantaire d'une heure** : **60€** : **oui – non**

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

(si oui, prendre contact avec Marie-Ange GUIVARCH, 06.72.05.57.48 / irrigation-colon-bretagne@gmx.fr)

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

(A réserver vous-même au : 02 56 57 50 05) ; (seulement si je dispose d'une voiture = 6 km du gîte)

Prix du stage 2019 :

500 € (Accompagnement : **300 €** / Hébergement : **200 €**).

Hébergement :

L'hébergement se fait en **chambre individuelle** ! (il y a la WI-FI)

Sanitaires : un pour deux personnes maximum.

Lit : 140 cm ou 160 cm (fait à votre arrivée).

Serviettes de toilette : fournies (une grande et une petite).

Acompte :

Ci-joint, un chèque d'acompte de **150€ qui ne sera pas encaissé avant la fin du stage**,.

Le remplir à l'**ordre de Sylvie MARIN-PACHE**

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 4 semaines 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 4 semaines avant le début du stage**, **le chèque d'acompte sera encaissé**.

Responsabilité :

Je déclare avoir pris connaissance des contre-indications au jeûne (sur ce bulletin), 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).

Je confirme mes déclarations étant sincères et véritables et dégage « Chemin jeûnant » de toute responsabilité à ce sujet.

Je m'engage également à avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.

J'atteste, dans une démarche libre et volontaire, souhaiter effectuer un stage « jeûne et randonnée » avec CHEMIN JEÛNANT.

J'atteste, avoir été informé(e) que la conduite d'un véhicule motorisé ou non, est fortement déconseillée durant toute la durée du stage.

Date :

Signature :

Mention manuscrite : lu et approuvé :