

Formulaire d'inscription – Stage de jeûne et randonnée 2027

Séjour du au

Nom : Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville : Téléphone :

Email :

Les tarifs ci-dessous comprennent accompagnement et hébergement
Les hébergements sont répartis entre 3 chalets de 23 à 35 m2 (espace nuit individuel)
Les sanitaires sont partagés – Un chalet entier est dédié à l'espace commun

Séjours Jeûne et randonnée / 5 jours - 4 nuits

- samedi 3 avril au mercredi 7 avril 490 € ☐
- samedi 24 avril au mercr. 28 avril – Yoga* 560 € ☐
- dimanche 9 mai au jeudi 13 mai – Yoga* 560 € ☐
- mercr. 30 juin au dimanche 4 juillet – Tarot de Marseille** 560 € ☐
- samedi 2 oct. au mercr. 6 octobre – Yoga* 560 € ☐

Séjours Jeûne et randonnée / 7 jours - 6 nuits

- samedi 29 mai au vendr. 4 juin 590 € ☐
- samedi 23 oct. au vend. 29 octobre 590 € ☐

- Sans hébergement (avec votre van – 1 place possible) - 100 € ☐ séjour court
Vous poserez votre van sous les arbres. Vous aurez accès
aux sanitaires et aux espaces communs du chalet - 120 € ☐ séjour long
- Réduction pour les moins de 28 ans (me contacter)

Soit un total de €

* **Yoga** : 2 séances de 45 mn/jour + 1 séance auto-massage aux huiles chaudes,
avec Mélanie Maussion, professeure certifiée en yoga et ayurveda

** **Tarot de Marseille** : 1 consultation individuelle (1h à 1h30) + 1 tirage flash quotidien,
avec Carole Coulliais, lectrice des tarots

Je joins un chèque d'acompte de 200 € à l'ordre de Michelle Guandalini et m'engage à régler le solde à mon arrivée. Le chèque sera encaissé un mois avant votre séjour. Pour toute annulation par écrit un mois avant le début du stage, le chèque d'arrhes vous sera restitué. Après ce délai, aucun remboursement ne sera effectué, sauf raison médicale justifiée.

Prestations comprises dans le séjour :

- L'encadrement, sur place, tout au long du jeûne
- L'accompagnement, à distance, avant et après le stage
- L'hébergement
- Le réveil musculaire quotidien
- Les causeries et les ateliers
- Les jus du matin à l'extracteur, le bouillon de légumes du soir et les infusions à volonté
- L'accès au bol d'air Jacquier
- Les randonnées accompagnées
- Le repas de reprise alimentaire
- Les transferts aller/retour à la gare de St Malo

Prestations non comprises :

- Massages. Envoi des descriptifs une semaine avant votre séjour. Planification à votre arrivée
- 20 à 30 € suppl. pour les passages en monodiète en cours de séjour

Pour mieux vous accompagner

Age : Poids : Taille :

- ☐ J'ai déjà jeûné ? si oui, combien de fois ☐ Ce sera la 1ère fois
- ☐ Je suis sous traitement médical pour la pathologie suivante :
Je joins un certificat médical obligatoire attestant la possibilité du jeûne et de la marche.
- ☐ Je ne prends pas de médicaments

Pour mieux vous connaître, informations complémentaires et antécédents médicaux importants à signaler :

En signant ce formulaire, je certifie :

- avoir pris connaissance des contre-indications au jeûne : amaigrissement extrême (anorexie, boulimie), hyperthyroïdie décompensée, artériosclérose cérébrale avancée, insuffisance hépatique ou rénale avancée, grossesse ou allaitement, dépendances, ulcère de l'estomac ou du duodénum, affections coronaires avancées, décollement de la rétine, psychose, diabète de type 1, maladie tumorale ou sclérose en plaques.
- dégager toutes responsabilités au centre, en cas de non-déclaration de pathologie ou de non-déclaration de médication en cours.
- M'engage à prévenir le centre en cas de problème de santé entre l'inscription et le début du stage.
- avoir une assurance responsabilité civile et déclare assumer mes responsabilités personnelles individuelles et en groupe.

Je confirme mes déclarations étant sincères et véritables et, dégage Michelle Guandalini de toute responsabilité à ce sujet. Je m'engage également à avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.

Date :

Signature :

Mail inscription : michelle.guandalini@cabanes-boem.fr

IBAN : le demander si souhait de régler par virement (envoi par mail)

Chèque d'acompte à l'ordre de Michelle Guandalini (préférence pour ce mode de paiement)

Adresse postale : Rue Henri Guillaumet – Cabanes Boem – 35730 Pleurtuit- 06 80 74 25 43