

## Bulletin d'inscription au stage de Jeûne et Randonnée

Le jeûne s'adresse à des personnes en bonne santé avec une bonne force vitale.

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_ H / F  
 Date de naissance \_\_\_\_\_ Taille \_\_\_\_\_ Poids \_\_\_\_\_  
 Adresse postale \_\_\_\_\_  
 CP \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_  
 Téléphone fixe \_\_\_\_\_ Mobile \_\_\_\_\_  
 Email \_\_\_\_\_  
 Profession ou activité principale \_\_\_\_\_

Selon l'article L.223-2 du code de la consommation, il est rappelé que le consommateur peut user de son droit à s'inscrire sur la liste d'opposition au démarchage téléphonique bloctel : [bloctel.gouv.fr](http://bloctel.gouv.fr)

**Je m'inscris au stage du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_**  
 en chambre individuelle       en chambre couple       en chambre partagée  
 en bivouac individuel  
 mono-diète +50€

Type de stage	Chambre individuelle	Chambre en couple	Chambre partagée	En bivouac individuel
Stage de Jeûne et randonnée	595 €	895 €	490 €	470 €

Les tarifs comprennent: L'hébergement, l'accompagnement et suivi personnalisé du jeûne, la randonnée quotidienne, accompagnée, les boissons : jus de légumes et fruits, bouillons, tisanes, le repas de reprise alimentaire.

### Les activités en supplément

Les massages en suppléments	Tarifs	Les activités en supplément	Tarifs
Massage corps essen'ciel	55 €	Réflexologie plantaire	55 €
Massage intuitif et bien être	55 €	Séance Yoga en groupe (1 proposée)	10 €
Dien Cham	55 €	Séance QICONG en groupe (1 proposée)	10 €
Massage Amma	20 €		

Je souhaite réserver des massages.

Précisez combien et quel(s) massage(s) \_\_\_\_\_

Je souhaite réserver la séance de Yoga \_\_\_\_\_

### Votre venue

- Je viens en train. Les détails des horaires de train à réserver seront communiqués 15 jours avant votre venue. Participation de 15€ pour aller-retour
- Je viens en voiture
- Je peux prendre \_\_\_\_\_ personne(s) dans ma voiture
- J'arrive de \_\_\_\_\_ (Nom de la grande ville la plus proche)

J'ai déjà jeûné seul :  **OUI** combien de jours: \_\_\_\_\_  **NON**

J'ai déjà participé à un séjour de jeûne et randonnée avec la FFJR:  **OUI**  **NON**

Je suis sous traitement médical pour la pathologie suivante : \_\_\_\_\_

Dans ce cas, je joins **un certificat médical obligatoire** attestant la possibilité du jeûne et de la marche

**CONTRE-INDICATIONS DU JEÛNE** : *Le jeûne est donc strictement contre indiqué en cas d'affection coronarienne avancée, amaigrissement extrême, anorexie, artériosclérose cérébrale avancée, diabète type 1, grossesse ou allaitement, hyperthyroïdie, insuffisance hépatique ou rénale, maladie auto immune, crohn, décollement de la rétine, ulcère à l'estomac.*

J'atteste être en mesure de marcher au minimum 3 heures/jour, être en bonne santé et je m'engage à assurer mes responsabilités personnelles et en groupe.

J'ai bien pris connaissance des contre-indications du jeûne sur le site [www.sentiersdujeune.fr](http://www.sentiersdujeune.fr)

Je confirme que mes déclarations sont sincères et véritables et dégage les Sentiers du Jeûne de toute responsabilité à ce sujet. Je m'engage également à avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le début du séjour.

J'autorise l'association « les sentiers du jeûne » à me photographier dans le cadre des stages de jeûne et randonnées que l'association organise.

J'accepte l'utilisation et l'exploitation non commerciale de mon image dans le cadre de la promotion de l'association, notamment sur le site internet de l'association, ainsi que sa reproduction sur quelque support que ce soit (papier, support analogique ou numérique) actuel ou futur et ce, pour la durée de vie des documents réalisés ou de l'association.

**La réservation sera effective à la réception de votre chèque d'acompte de 200 EUR à l'ordre de La Montagne aux Alouettes et de votre bulletin d'inscription.**

*Le prix total du séjour inclus 10 € d'adhésion à l'association les sentiers du jeûne<sup>1</sup>*

En cas de désistement à 30 jours et plus du départ, une somme forfaitaire de 40 € pour frais de dossier sera retenue.

• de 30 à 22 jours : retenue de 25% du prix du séjour • de 21 à 15 jours : retenue de 50% du prix du séjour

• de 14 à 8 jours : retenue de 75% du prix du séjour • de 7 à 2 jours : retenue de 90% du prix du séjour

• moins de deux jours, 100% de retenue du prix du séjour.

En cas de départ anticipé, la totalité du séjour sera dûe.

Merci de les envoyer à l'adresse suivante :

Valérie LOMBARD  
9 La Montagne aux alouettes  
89520 LAINSECQ

J'ai connu « les sentiers du jeûne » :

Par un moteur de recherche internet  Par le site de la FFJR  Par des amis

Je suis déjà venu(e)  Autre (merci de préciser): \_\_\_\_\_

Date :

Signature(s) suivie(s) de la mention manuscrite « lu et approuvé »  
(des deux personnes si venue en couple)

<sup>1</sup> Association Association loi 1901, les sentiers du jeûne, n° W891008516 enregistrée en préfecture de l'Yonne