

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

### STAGE DE JEÛNE ET RANDONNÉE



Nous vous remercions de remplir le questionnaire suivant.

Vos réponses nous permettent de vous proposer un accompagnement individuel en toute sécurité.

Nous garantissons que vos données personnelles sont utilisées uniquement pour vous suivre lors du stage. Elles ne seront pas divulguées à des tiers.

Civilité :	
Nom :	
Prénom :	
Date de naissance :	
Adresse :	
Code postal :	
Ville :	
Téléphone :	
Email :	
Date du stage :	
Lieu de stage :	

**Important : Pour choisir votre hébergement, vos options et votre mode transport, merci de vous référer uniquement au paragraphe qui concerne votre lieu de stage.**

#### DOMAINE SAINT-PIERRE ( Vaucluse ) :

**Votre choix d'hébergement (toutes les chambres dispose d'une salle d'eau privative) :**

- ☐ Chambre individuelle classique (15-20m<sup>2</sup>) : 1380€
- ☐ Chambre partagée à deux (lit double) classique : 1190€
- ☐ Chambre partagée à deux (2 lits simples) classique : 1190€
- ☐ Supplément chambre supérieure (24-28m<sup>2</sup>) : + 60€
- ☐ Supplément chambre supérieure avec baignoire : +100€
- ☐ Supplément chambre supérieure avec baignoire balnéothérapie : +120€

*Une réservation en chambre partagée n'est acceptée que si deux inscriptions sont effectuées en parallèle.*

**Votre choix d'option (sous réserve de disponibilité de l'option dans le calendrier – se référer à notre site internet) :**

- ☐ Chant (stage Jeûne, randonnée et chant) : 120€
- ☐ Méditation (stage Jeûne, randonnée, méditation & Qi Gong) : 120€
- ☐ Silence (stage Jeûne & silence) : 120€
- ☐ Yoga (stage Jeûne, randonnée & yoga) : 120€
- ☐ Vélo électrique : 120€
- ☐ Stage vélo électrique: location du vélo en option(200 ou 225€ selon le lieu)

- ☐ Grande randonnée : 120€  
☐ Week-end Stage de Cuisine : ☐ 290€ en chambre twin ou ☐ 350€ en chambre individuelle  
Soins de bien-être : 75€ (à réserver sur place)

**Réservation de la navette entre la gare SNCF d'Avignon TGV et le lieu de stage :**

- ☐ Navette Aller / Retour : 55€  
☐ Navette Aller : 27,5€  
☐ Navette Retour : 27,5€

Nous vous remercions de bien vouloir nous communiquer vos horaires d'arrivée et de départ en gare dès que vous les connaissez.

**CHAMPAGNY-EN-VANOISE ( Savoie ) :**

**Votre choix d'hébergement (au chalet Sabot de Vénus, les chambres possèdent une salle d'eau complète ; au chalet Le Gaulois, la douche et le lavabo sont dans la chambre, les toilettes sont sur le palier (privatisés) :**

- ☐ Chambre individuelle Sabot de Vénus : 1220€  
☐ Chambre partagée à deux (lit double) Sabot de Vénus : 1030€  
☐ Chambre partagée à deux (2 lits simples) Sabot de Vénus : 1030€  
☐ Chambre individuelle Gaulois : 1120€  
☐ Chambre partagée (2 lits simples) Gaulois : 930€  
☐ Chambre partagée (lit double) Gaulois : 930€

*Une réservation en chambre partagée n'est acceptée que si deux inscriptions sont effectuées en parallèle.*

**Votre choix d'option** (sous réserve de disponibilité de l'option dans le calendrier – se référer à notre site internet) :

- ☐ Yoga (stage Jeûne, randonnée & yoga) : 120€  
☐ Grande randonnée : 120€

Soin de bien-être : 80€ (à réserver sur place)

**Réservation de la navette entre la gare SNCF de Moutiers-Salins-Brides-les-bains et le lieu de stage :**

- ☐ Navette Aller / Retour : 40€  
☐ Navette Aller : 20€  
☐ Navette Retour : 20€

Nous vous remercions de bien vouloir nous communiquer vos horaires d'arrivée et de départ en gare dès que vous les connaissez.

**DOMAINE DE BODEUC ( Bretagne ) :**

**Votre choix d'hébergement (toutes les chambres dispose d'une salle d'eau privative) :**

- ☐ Chambre individuelle classique (>16m2) : 1380€  
☐ Chambre partagée à deux (lit double) classique : 1190€  
☐ Chambre partagée à deux (2 lits simples) classique : 1190€  
☐ Chambre individuelle supérieure (>20m2) : 1430€  
☐ Chambre partagée (2 lits simples ou 1 lit double) supérieure : 1240€

☐ Petite chambre individuelle (10m2) : 1090€

*Une réservation en chambre partagée n'est acceptée que si deux inscriptions sont effectuées en parallèle.*

**Votre choix d'option** (sous réserve de disponibilité de l'option dans le calendrier – se référer à notre site internet) :

☐ Méditation (stage Jeûne, randonnée, méditation & yoga) : 120€

Soin de bien-être : 75€ (à réserver sur place)

**Réservation de la navette entre la gare SNCF de Vannes et le lieu de stage :**

☐ Navette Aller / Retour : 55€

☐ Navette Aller : 27,5€

☐ Navette Retour : 27,5€

Nous vous remercions de bien vouloir nous communiquer vos horaires d'arrivée et de départ en gare dès que vous les connaissez.

## **MONASTERE DE SÉGRIÈS ( Alpes de Haute-Provence ) :**

**Votre choix d'hébergement** (toutes les chambres dispose d'une salle d'eau privative) :

☐ Chambre individuelle : 1460€

☐ Chambre partagée à deux (lit double) : 1230€

☐ Chambre partagée à deux (2 lits simples) : 1230€

*Une réservation en chambre partagée n'est acceptée que si deux inscriptions sont effectuées en parallèle.*

**Votre choix d'option** (sous réserve de disponibilité de l'option dans le calendrier – se référer à notre site internet) :

☐ Méditation (stage Jeûne, randonnée, méditation & Qi Gong) : 120€

☐ Vélo électrique : 60€

☐ Stage vélo électrique: location du vélo en option à 225€ la semaine par personne

☐ Grande randonnée : 120€

Soin de bien-être : 75€ (à réserver sur place)

**Réservation de la navette entre la gare SNCF de Manosque et le lieu de stage :**

☐ Navette Aller / Retour : 55€

☐ Navette Aller : 27,5€

☐ Navette Retour : 27,5€

Nous vous remercions de bien vouloir nous communiquer vos horaires d'arrivée et de départ en gare dès que vous les connaissez.

**A remplir quel que soit votre lieu de stage :**

**Quelle formule choisissez-vous ?**

- ☐ Jeûne Buchinger (jus frais de fruits et légumes le matin, bouillon de légumes le soir et tisanes)
- ☐ Jeûne à la soupe (jus frais de fruits et légumes le matin et soupe le soir) +40€
- ☐ Détox (jus frais de fruits et légumes le matin, smoothie le midi et soupe le soir) +65€

**Comment avez-vous connu notre offre de stages ?**

- ☐ Je suis déjà venu.e
- ☐ Bouche à oreilles
- ☐ Site de la FFJR
- ☐ Site internet de Chemin de la Santé
- ☐ Réseaux sociaux

**Quelques informations sur vous :**

Votre taille : -----

Votre poids : -----

Votre expérience en jeûne (si inscription à la formule jeûne) :

- ☐ 0
- ☐ 1
- ☐ 2 à 5
- ☐ Plus de 5

Votre niveau de randonnée : Je peux marcher...

- ☐ 1 : sur un terrain plat en me fatiguant assez facilement
- ☐ 2 : sur un terrain plat pendant plusieurs heures sans problème de fatigue
- ☐ 3 : sur un terrain vallonné pendant plusieurs heures en faisant jusqu'à une heure de montée
- ☐ 4 : sur un terrain montagnard en faisant jusqu'à deux heures de montée
- ☐ 5 : sur un terrain montagnard pendant plusieurs heures sans problème de fatigue particulier

Vos allergies connues (alimentaires ou autres) :

-----

Des informations qui vous semblent pertinentes de nous communiquer (traitement médicamenteux, cancer, AVC, infarctus, stent, addictions ou autre) :

-----

-----

-----

## Points de signalements susceptibles de constituer une contre-indication médicale :

La pratique du jeûne et d'une cure détox hors cadre médical est soumise à certaines contre-indications. **Nous vous remercions donc de bien vouloir lire attentivement les points de signalement ci-dessous et de vous assurer qu'aucune de ces situations ne vous concerne. Dans le cas contraire, nous vous invitons à prendre contact avec nous dès à présent.** La liste ci-dessous est une aide pour détecter les contre-indications. Une fois que vous prenez contact avec nous, nous étudierons les situations au cas par cas, pour savoir si nous pouvons vous accueillir et sous quelles conditions. Si vous avez des doutes, nous vous conseillons de vous adresser à votre médecin traitant ou spécialiste.

- IMC (indice de masse corporelle) < 18,5 kg/m2
- Maladie du système cardiovasculaire, passée ou actuelle (hypertension, infarctus, AVC, diabète, intervention chirurgicale au niveau des vaisseaux sanguins tel que stent, etc.)
- Insuffisance cardiovasculaire avancée
- Hyperthyroïdie non contrôlée
- Insuffisance hépatique ou rénale
- Grossesse et allaitement
- Troubles psychiques (problèmes d'addictions, dépression, bipolarité, troubles du comportement alimentaire actuels ou passés, etc.)
- Maladie cardiovasculaire
- Décollement de la rétine
- Ulcère gastrique et / ou duodénal
- Pathologie chronique actuelle atteignant un organe ou des tissus (ex: cancer)
- Antécédent de malaises pendant un effort physique ou en dehors

Vous avez la possibilité de souscrire à une assurance annulation auprès de notre partenaire Safebooking. Pour en bénéficier, voici le lien :

<https://www.souscription.safebooking.com/chemin-de-la-sante/>

### Je déclare sur l'honneur:

- ☐ m'engager dans une démarche libre et volontaire
- ☐ être en bonne santé et être capable de marcher plusieurs heures par jour
- ☐ avoir bien pris connaissance de la liste des pathologies ci-dessus et de n'être concerné.e par aucune d'elle si je n'en ai pas averti CHEMIN DE LA SANTÉ au préalable
- ☐ que mes déclarations de santé sont complètes, sincères et véritables et je suis informé.e qu'une déclaration incomplète dégage CHEMIN DE LA SANTÉ de toute responsabilité à ce sujet
- ☐ m'engager à prévenir CHEMIN DE LA SANTÉ de toute évolution de ma santé survenant avant le début du séjour. En cas de doute sur la possibilité de faire un jeûne ou une détox, je m'engage à contacter CHEMIN DE LA SANTÉ au plus tôt avant le début du stage
- ☐ ne pas fumer ni vapoter sur les lieux du stage et en présence des autres membres du groupe
- ☐ accepter sans réserve les conditions générales de vente (CGV) disponibles sur le site de CHEMIN DE LA SANTÉ

**Date :**

**Nom et signature :**

**Nous vous remercions de bien vouloir nous renvoyer ce document complété par mail à**  
info@chemindelasante.com, accompagné de votre règlement des 500€ d'arrhes.

Pour le règlement des arrhes :

- Lien de paiement sécurisé sur la plateforme Sogecommerce que nous vous envoyons par mail
- Virement sur le compte Chemin de la Santé : IBAN : FR76 3000 3002 3300 0205 0261 786, BIC : SOGEFRPP, Banque : Société Générale
- Chèque à l'ordre de Chemin de la Santé et à envoyer à Domaine de Saint-Pierre, Route de Cairanne, 84850 Travaillan