



Formulaire d'inscription à un Séjour de Jeûne

NB : un formulaire par participant(e)

VOS COORDONNEES

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville : Pays :

Téléphone : Email :@.....

.....

VOTRE INSCRIPTION

Lieu du stage : **26 rue des Tintiaux à Cancale (Ille & Vilaine)**

Dates choisies (merci de vérifier sur le site) : du au2023

POUR MIEUX VOUS ACCOMPAGNER

Vous êtes : homme femme

Votre âge : Date de naissance : Poids : kg Taille : cm

Vous suivez un traitement médical : non oui : lequel.....

.....
(Si OUI, le médecin attaché au Centre Jeûner Côté Mer vous proposera une consultation)

Vous avez déjà jeûné : NON OUI : quand ? combien de temps ?

TARIFS

Séjour jeûne **5 jours : 520 € ; séjour 6 jours : 570 euros.**

Tarif « couple » pour 2 inscriptions au même séjour de 6 jours, en chambre double : 1040 euros.

L'hébergement est en plus, à régler sur place (chambre couple : 380 €, seule : 280 €, partagée : 180 €).

Chambre seule selon disponibilité.

Ce tarif comprend :

- Accompagnement personnalisé du jeûne avec informations nutrition-santé ;
- Randonnée quotidienne guidée ;
- Séance quotidienne Yoga (2h), méditation, do-in, selon intervenants. Accès au Sauna.
- Boissons BIO (jus de légumes et fruits, bouillons, tisanes, eau dynamisée)
- Soirées à thème : bénéfiques du jeûne, physiologie, nutrition, reprise alimentaire pour prolonger les bienfaits du jeûne. Documentation et bibliographie à disposition. Sauna. Jeux de société. Wifi.

Réservation ferme : acompte par chèque ou virement (350 €/personne), solde à l'arrivée.

Vous serez attendu(e) le 1^{er} jour à 17h à Cancale, ou vers 15h30 à la gare de St Malo si vous arrivez en train.

En signant ce formulaire je certifie :

- Être majeur, en bonne santé, participer volontairement à ce stage, et pouvoir marcher plusieurs heures par jour.
- Être informé des **contre-indications** au jeûne : amaigrissement extrême, troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie), hyperthyroïdie décompensée, artériosclérose cérébrale sévère, insuffisance hépatique ou rénale sévère, grossesse ou allaitement, addictions, ulcère de l'estomac ou du duodénum, insuffisance coronaire, décollement de la rétine, psychose, diabète de type 1, maladies tumorales. En cas de doute, fournir un certificat médical, ou demander une consultation médicale au 06 78 84 95 62.
- Avoir souscrit un **contrat d'assurance** couvrant ma Responsabilité Civile Individuelle (dommages aux tiers).
- Accepter les conditions générales de vente mentionnées sur le site www.jeunercotemer.fr

Date, et signature,
précédée de la mention manuscrite

« Lu et approuvé » :