

## Inscription : Raid sportif en Baie du Mont Saint Michel

**NB : un formulaire par participant(e)**

### VOS COORDONNEES

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_ Pays : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_ Email : \_\_\_\_\_

### VOTRE INSCRIPTION

Lieu du séjour : Cancale

Dates choisies (merci de vérifier sur le site) : du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_

### POUR MIEUX VOUS ACCOMPAGNER

Vous êtes :  homme  femme Date de naissance : \_\_\_\_\_

Poids : \_\_\_\_\_ kg Taille : \_\_\_\_\_ cm

Suivez-vous un traitement médical, souffrez-vous d'un problème de santé ?  NON  OUI, précisez ci-dessous : \_\_\_\_\_

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

Avez-vous déjà jeûné :  NON  OUI : quand ? combien de temps ? \_\_\_\_\_

### TARIF

Raid sportif **Mont St Michel – Saint Malo** en jeûnant selon Buchinger : accompagnement, hébergement : 980 €

#### **Ce tarif comprend :**

- Accompagnement professionnel et suivi personnalisé du raid en jeûnant, pour profiter au mieux de l'expérience ;
- Randonnée journalière guidée avec retour en minibus au gîte – 15 à 20 km de marche par jour ;
- Boissons BIO (jus de légumes et fruits, bouillons, tisanes, eau dynamisée), supplémentation selon besoin ;
- Repas de reprise.

**Réservation ferme** : acompte par chèque (450 € / personne), solde à l'arrivée (2 paiements : solde et hébergement).

**Vous serez attendu(e) le 1<sup>er</sup> jour à 17h à l'adresse : 26 rue des Tintiaux à Cancale (35) ou vers 15h30 à la gare de St Malo si vous arrivez en train.**

### HEBERGEMENT

L'hébergement est en chambre seule pour permettre un repos et une récupération nocturne confortables, un sauna est à disposition en fin de journée, possibilité de massages sur demande (supplément).

#### **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](http://www.jeunercotemer.fr)
- **Jeûner Côté Mer** traite les données recueillies pour  **votre séjour de jeûne à Cancale**. Pour en savoir plus sur la gestion de vos données personnelles et pour exercer vos droits, reportez-vous à la [notice au verso](#).
- Nous pouvons être amenés à faire des photos lors de votre séjour. Si vous vous opposez à figurer sur les clichés, veuillez cocher la case suivante :

Date et signature, précédée de la mention manuscrite « *Lu et approuvé* » :

## **Notice**

Les informations recueillies dans ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par **Jeûner Côté Mer**. Vous pouvez vous opposer au traitement de vos données

Les données collectées seront communiquées à la seule destinataire suivante : Lina Rouillier.

Elles sont conservées pendant 5 années.

Vous pouvez accéder aux données vous concernant, les rectifier, demander leur effacement, ou exercer votre droit à la limitation du traitement de vos données.

Consultez le site [CNIL.fr](http://CNIL.fr) pour plus d'informations sur vos droits.

Pour exercer ces droits ou pour toute question sur le traitement de vos données dans ce dispositif, vous pouvez adresser un mail à [jeunercotemer@mail.com](mailto:jeunercotemer@mail.com)

Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits « Informatique et Libertés » ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation à la CNIL.