



# FORMULAIRE D'INSCRIPTION

## Stage de JEÛNE, YOGA & RANDONNÉE

[à renvoyer par email : so.naturo47@gmail.com](mailto:so.naturo47@gmail.com)

### MES COORDONNÉES

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Téléphone : .....

Email : .....

### MON INSCRIPTION

*Dates :*

14 au 19 Avril 2024

20-25 octobre 2024

27 oct-1er novembre 2024

### TARIFS

❖ **Accompagnement cure de jeûne :** 160€/pers

❖ **Hébergement :**

- Chambre partagée (2 lits 90) : 200€/pers.
- Chambre double individuelle (1 lit 140) : 290 €/pers.
- Chambre double couple (1 lit 140) : 380€/couple
- Chambre double à partager (1 lit 140) : 380€/2 pers (dans le même lit)
- Location de linge de lit (drap housse, housse de couette et taie oreiller): 7€/ lit pour le séjour
- J'apporte mon propre linge de lit à savoir : drap housse, housse de couette et taie oreiller

1 Salle de bain à partager – Linge de toilette à apporter

❖ **Cure 160€ + Hébergement choisi .....+ location linge de lit ..... = TOTAL .....€**

Je verse un acompte de 30% par chèque à l'ordre de « Sonia Donadello » ou par virement et m'engage à régler le solde à mon arrivée au gîte. La réservation sera effective à réception du versement d'acompte. L'acompte par chèque sera encaissé 1 mois avant le début du stage.

#### Conditions d'annulation :

En cas de désistement à 30 jours et plus du début de stage, une somme forfaitaire de 60 € pour frais de dossier sera retenue.

- de 30 à 22 jours : retenue 30% du prix du stage
- de 21 à 15 jours : retenue de 50% du prix du stage
- de 14 à 8 jours: retenue de 75% du prix du stage
- moins de 7 jours, 100% de retenue du prix du stage

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

Adresse Postale : « Agen en Jeûne » Sonia Donadello - 15 rue Macayran – 47550 Boé Tel : 0670490077



# FORMULAIRE D'INSCRIPTION

## PRESTATIONS COMPRISES DANS LA PRISE EN CHARGE

- Accompagnement au Jeûne/cure (avant, pendant, reprise & après) : jus frais bio, tisanes, eau, bouillon de légumes frais bio
- Yoga, cohérence cardiaque et éveil musculaire
- Causeries sur l'hygiène alimentaire/naturopathie
- Conseils et informations sur le jeûne
- Rando-balade de 2 à 3h en boucle sur terrain plat & en pente douce
- Transferts en voiture si besoin pour les randonnées

## ❖ Prestations proposées en option EN SUPPLÉMENT

- Massages intuitif, Massage ayurvédique, Massage facial Kobido, Réflexologie plantaire, Méditation/relaxation, séance d'Iridologie ect..

## POUR MIEUX VOUS ACCOMPAGNER (Cochez les réponses ou options choisies)

Age : ..... Date de naissance : .....

Poids : ..... Taille : .....

Antécédents médicaux importants à signaler :

.....  
.....

Je prends des médicaments ? Si oui, lesquels ? un entretien téléphonique sera à prévoir si nécessaire) :

.....

J'ai déjà jeûné ? Si oui, combien de fois ? : ..... / Avec Agen en Jeûne ? : .....

Informations complémentaires afin de mieux vous accompagner : .....

.....

.....

Comment avez-vous connu « Agen en Jeûne » ? :

- Par un moteur de recherche internet  Par mon site internet [www.so-naturo-47.com](http://www.so-naturo-47.com)  Par des amis  
 Je suis déjà venu(e)  Autre (merci de préciser): .....

**L'adresse du Gîte sera communiquée quelques semaines avant le début du stage.**

**L'arrivée au gîte est le dimanche à 16h et le départ le vendredi à 14h Nous mettons en contact les stagiaires pour du covoiturage si nécessaire et possible.**

## ❖ EN SIGNANT J'ATTESTE :

Adresse Postale : « Agen en Jeûne » Sonia Donadello - 15 rue Macayran – 47550 Boé Tel : 0670490077



## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

J'atteste, dans une démarche libre et volontaire, souhaiter effectuer un stage de Jeûne Yoga & Randonnée avec Sonia Donadello de « Agen en Jeûne », située à Saint Pierre de Clairac 47270.

J'atteste pour se faire, être en mesure de marcher au minimum entre 2 et 3h par jour, être en bonne santé et je m'engage à assurer mes responsabilités personnelles et en groupe.

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

J'atteste que j'ai bien pris connaissance des contre-indications du jeûne qui sont les suivantes : *amaigrissement extrême, anorexie, hyperthyroïdie décompensée, artériosclérose cérébrale avancée, insuffisance hépatique ou rénale, grossesse ou allaitement, dépendances, ulcère de l'estomac ou du duodénum, affections coronaires avancées, décollement de la rétine, psychose, diabète de type 1, maladies tumorales et sclérose en plaques*

Je suis sous traitement médical pour la pathologie suivante.....

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

Date :

Signature : (précédé de la mention manuscrite : lu et Approuvé)

**Formulaire d'inscription rempli et signé à renvoyer par email : [so.naturo47@gmail.com](mailto:so.naturo47@gmail.com)**