

# La Montagne aux Alouettes, les sentiers du jeûne

## Bulletin d'inscription

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

### A PROPOS DE VOUS

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_ H / F

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*

### POUR MIEUX VOUS CONNAÎTRE

Date de naissance \_\_\_\_\_

Taille \_\_\_\_\_

Poids \_\_\_\_\_

J'ai déjà jeûné seul :

- **OUI** combien de jours:
- **NON**

J'ai déjà participé à un séjour de jeûne et randonnée :

- **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.*

### LE STAGE

Pour réserver votre stage, contactez nous par téléphone au 06 83 82 33 14 afin de consulter les disponibilités sur les dates souhaitées. Les stages se déroulent du samedi 17h au vendredi 14h.

**Je m'inscris au stage du.....au.....**

- en chambre individuelle : **570€**
- en chambre couple : **800€** pour les deux
- en chambre partagée à deux : **450€**
- en chambre partagée à trois : **450€**
- en bivouac individuel (pour jeûneur expérimenté uniquement) : **420€**
- mono-diète +**50 €**

Le tarif comprend:

- L'hébergement
- L'accompagnement et suivi personnalisé du jeûne
- La randonnée quotidienne, accompagnée
- Les boissons : jus de fruit, bouillons, tisanes
- Le repas de reprise alimentaire

**EN SUPPLÉMENT**

- Je souhaite réserver un/des massage(s)  
Tarif : 50€ le massage - Merci d'indiquer le nombre de massage souhaité \_\_\_\_\_
- Je souhaite réserver une séance individuelle de médiation équine  
Tarif : 50€ la séance 1h30

**VOTRE VENUE**

- Je viens en train : participation de 15€ pour aller-retour
- Je viens en voiture
- Je peux prendre \_\_\_\_\_ personne(s) dans ma voiture
- J'arrive de \_\_\_\_\_ (grande ville la plus proche)

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):

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.

**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.**

Merci de les envoyer à l'adresse suivante :

Valérie LOMBARD  
9 La Montagne aux alouettes  
89520 LAINSECQ

Date :

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

Les conditions d'annulation :

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.