

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

« Monodiète pour bien passer les fêtes,

Randos douces & Massages à l'océan »

Du 7 au 9 Décembre 2019 - (3 jours)

### Identité et coordonnées

Prénom : .....

Nom .....

Date Naissance .....

Profession .....

Adresse complète

.....

.....

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

-Téléphone fixe..... -Portable .....

-Mail .....

Personne à prévenir en cas d'urgence et téléphone .....

### Frais de stage :

Tarif : 300€ TTC pour toute réservation avant le 21 septembre 2019, ensuite : 345€ TTC.

Soit pour moi montant total du séjour : ..... €.

*-Je joins un chèque d'acompte de 30 %, pour garantir mon inscription, soit : €*

*Je réglerai le solde 15 jours avant le démarrage du stage, par chèque ou virement : Précisez, svp :*

*En cas de désistement, à partir de 40 jours avant le début du stage, l'acompte sera perdu.*

*En cas de désistement, après le 25 novembre 2019, aucun remboursement (arrhes et solde) ne sera possible (sauf cas de force majeure justifié).*

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

« Monodiète pour bien passer les fêtes,

Randos douces & Massages à l'océan »

Du 7 au 9 Décembre 2019 - (3 jours)

Expliquez-nous en quelques mots vos motivations et attentes pour ce séjour :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

### Expériences ultérieures:

- Avez-vous déjà pratiqué des monodiètes, des cures de jus, des jeûnes ?  
Oui Non

Si oui, quoi, et quelle durée?

- Avez-vous d'autres expériences de stages ou activités ?  
Oui Non Lesquels ?

### Votre condition physique dans l'instant présent de votre inscription

Poids :..... kg Taille ..... cm

Pace-maker :  Oui  Non Allergie : .....

Votre système digestif / Transit

-Lent \_\_\_ Rapide \_\_\_ Ballonnements \_\_\_ Spasmes \_\_\_ Gaz: \_\_\_

-Constipation \_\_\_ Diarrhée \_\_\_ / Alternance diarrhée-constipation \_\_\_ gastralgie \_\_\_

-Autres problèmes digestifs, ou particuliers :

.....

-Je suis sous traitement avec les médicaments suivants :

.....

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

« Monodiète pour bien passer les fêtes,

Randos douces & Massages à l'océan »

Du 7 au 9 Décembre 2019 - (3 jours)

Dans ce cas, joindre obligatoirement un certificat médical attestant de votre capacité de pouvoir suivre une monodiète de 3 jours, et de marcher sans effort 2 à 3 heures par jour.

Autres renseignements que vous jugez utiles de me communiquer

.....

A savoir : Contre-indications la monodiète

**La monodiète s'adresse à tous. Elle est contre-indiquée en cas d'amaigrissement extrême, anorexie (ou tout trouble du comportement alimentaire), hypotension.**

- **Je note que le séjour auquel je m'inscris ne prétend à aucun traitement de maladie.**

Il ne bénéficie d'aucune structure ou encadrement médical. Les conseils qui y sont dispensés sont de simples conseils d'hygiène de vie qui ne peuvent en aucun cas remplacer la visite chez le médecin ou se substituer à un traitement médical.

**Si mon médecin m'a prescrit des médicaments et/ou des soins, lui seul est habilité à modifier son ordonnance.**

- **Je note aussi que durant le séjour tabac, alcool et drogues sont déconseillés.**

**MA DECLARATION :**

**Dans une démarche libre et volontaire, j'atteste souhaiter effectuer le stage Monodiète et Yoga.**

**Je déclare :**

- être en bonne santé, et en mesure de pouvoir faire 2 à 3 heures de marche par jour,
- avoir été informé(e) des risques et contre-indications du jeûne.
- avoir souscrit un contrat d'assurance couvrant ma Responsabilité Civile Individuelle (en cas de dommages causés à des tiers).
- être prêt(e) à vivre au sein d'un groupe.
- Si je suis sous traitement médical pour la pathologie suivante : -----, je joins un certificat médical obligatoire attestant la possibilité du jeûne, de la marche et du yoga.

**Je m'engage également à** avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.

**De leur côté, les organisateurs s'engagent à honorer le stage à partir de 8 participants.**

**En dessous de 8 participants, les organisateurs s'autorisent à reporter le stage, et s'engagent à vous rembourrer intégralement l'acompte versé, ou à reporter l'acompte pour une date ultérieure.**

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

« Monodiète pour bien passer les fêtes,  
Randos douces & Massages à l'océan »

Du 7 au 9 Décembre 2019 - (3 jours)

Je choisis, à la lumière des faits exposés ci-dessus, de participer à ce séjour sous ma seule et entière responsabilité.

### Mention manuscrite

« Lu et approuvé »

Date

Signature

### A Remplir :

Merci de bien énoncer ici les options :

- de couchage : lit simple ou lit double (entourez la bonne réponse ici).
- les de soins éventuels en option, à régler sur place en espèces.  
Vous trouverez la liste en dernière page (préciser ici).

### A imprimer et renvoyer par courrier postal à :

Anne BONNIN 105, rue des Quatre roues 86000 POITIERS

Par retour de courrier dans les 5 jours suivant l'envoi du formulaire.

Nota : Un courrier ou un email de confirmation sera adressé après réception de ce formulaire d'inscription dûment rempli et accompagné de votre chèque d'acompte de 30 %, à l'ordre de Anne BONNIN (virement, nous consulter), et d'un certificat médical si besoin.

---

### Par quel moyen de transport comptez-vous arriver ?

-Voiture \_\_\_\_\_ Train + Car \_\_\_\_ Je ne sais pas encore

-Pourriez-vous être intéressé(e) par un co-voiturage ? Oui/Non Je le propose

NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE CONFIANCE.

A BIENTOT !

ANNE et DANIELA.

06 82 57 37 51

[www.naturopathe-poitiers.fr](http://www.naturopathe-poitiers.fr)

[annebonnin@naturopathe-poitiers.fr](mailto:annebonnin@naturopathe-poitiers.fr)

## FORMULAIRE D'INSCRIPTION

«Monodiète pour bien passer les fêtes,

Randos douces & Massages à l'océan »

Du 7 au 9 Décembre 2019 - (3 jours)



Inscriptions soins optionnels,

Tarif spécial jeûne :

- Auriculothérapie détox ou détente (35,00 €)
- Moxibustion digestive ou de détente (35,00 €)
- Réflexologie plantaire détox ou détente (40,00 €)
- Drainage circulatoire détox, anticellulite aux ventouses et huiles essentielles (40,00 €)
- Séance EFT de lâcher prise et gestion des émotions, de la faim, du tabac (50,00 €)  
coco ou sésame au choix (65,00 €)
- Massage aux huiles essentielles détox, énergie, ou détente, et huile de
- Consultation de naturopathie pour un besoin spécifique (60 euros).