



BULLETIN D'INSCRIPTION 2019
au stage Jeûne Détox et Randonnée en Vendée
Stage réservé aux personnes majeures et en bonne santé



LE STAGE

Tarif (sans l'hébergement)

Cochez votre formule **Formule jeûne type Buchinger** 580 € TTC - **Formule monodiète** 610 € TTC
 Formule Cure de jus frais à l'extracteur 650 € TTC

Prestations incluses dans ce tarif :

- Encadrement de 12h/jour par Philippe Enon et Dorine Buland, formés à l'accompagnement de groupes jeûneurs par l'Amandier (26). Agréés par la FFJR et VitaDetox.
- Accompagnement en amont pour la préparation de votre stage (conseil personnalisé possible).
- Des conseils et informations sur le jeûne type Buchinger.
- Les jus de fruits, tisanes, bouillons du soir et le repas de reprise (produits bio uniquement).
- L'aliment de la monodiète le cas échéant : Riz semi-complet ou pommes ou bananes ou carottes. A définir.
- Dans la formule " Cure de jus frais à l'extracteur ", tous les jus (légumes et fruits bio de saison)
- Méditation journalière. Éveil corporel. Initiation à la Marche Afghane.
- 5 randonnées* : plage, dunes, forêt, marais, lac du Jaunay, port/corniche de Saint-Gilles-Croix-de-Vie
- Conférences/débats : alimentation santé, cuisine saine, développement personnel ...
- Soirées à thème : la reprise alimentaire, documentaires, ludique ...
- Prêt de livres et revues ciblés santé, jeûne, bien-être ... accès à la page secrète « Les Amis du Genêt »
- Bol d'Air Jacquier, Back2Flow, FeetUp, Table d'inversion ... à disposition.
- Acheminement sur les activités (selon le nombre de participants, prévoir l'utilisation de votre véhicule).

* Les organisateurs peuvent être amenés à adapter, modifier, supprimer une/des randonnées, selon la typologie du groupe de stagiaires, la météo, la saison, un événement indépendant de leur volonté...

Accompagnateur certifié PSC1 (Premiers Secours Civique niveau 1) / SA1 (Spécifique Animateur niveau 1 en randonnées).

L'HÉBERGEMENT

Organisation et tarifs de l'hébergement :

Gîte grand confort situé au cœur du « Petit Village de Caractère d'Apremont (85220)

- Chambre partagée.

De **150 € à 270 €** selon la chambre (avec sde ou avec sde + wc ou avec douche + bain + WC séparé dans la chambre, + terrasse).

- Chambre individuelle pour 1 personne (1 stage).

De **360 € à 510 €** selon la chambre (description idem à la chambre partagée)

- Tarif couple. Chambre individuelle pour 2 personnes (2 stages).

De **330 € à 480 €** selon la chambre (description idem à la chambre partagée).

Lits faits à l'arrivée. Serviettes de toilette (1 grande, 1 petite, 1 gant) + 9 euros.

Merci de nous contacter pour valider la disponibilité de l'hébergement.

Conditions d'accès

70/80 kms de Nantes, 70/80 kms du pont de Saint-Nazaire et 35/45 kms de La-Roche-sur-Yon.

La carte d'accès est dans le dossier de stage.

En train jusqu'à Challans.

Possibilité de venir vous chercher à la gare de Challans pour 1 forfait de 5 euros pour l'A/R (horaires à valider).

J'arrive en train - en voiture

Je propose un covoiturage depuis

Philippe ENON 23, rue du Docteur Dorion 85220 APREMONT - N° SIRET : 44956107500028

« Dispensé d'immatriculation au registre du commerce et des sociétés (RCS) et au répertoire des métiers (RM) »

DATES DU STAGE CHOISI

du samedi au vendredi (case correspondante à cocher sur la page 4)

Les arrivées se font à partir de 17h - début du stage 18h

Départ après le déjeuner de reprise (13h30 environ)

VOS COORDONNÉES

Madame, Monsieur :

Nom :

Prénom :

Age / date de naissance :

Profession :

Adresse postale :

Courriel :

Téléphone :

Mobile :

Comment nous avez-vous connu ? Internet FFJR Facebook Autres (Merci de préciser)

Presse (merci de préciser)

Recommandation Qui ?

Avez-vous déjà pratiqué le jeûne ?

Oui

Non

si oui, seul(e) ou en groupe ? Dans quel(s) centre(s) ou avec quel(s) animateur(s) de jeûne ?

Pourquoi voulez-vous jeûner et qu'attendez-vous de ce stage ?

Contre-indications au jeûne de 7 jours :

Grossesse (dès le 3^{ème} mois) et allaitement, traitements médicamenteux lourds, maigreur excessive, ulcère de l'estomac ou du duodénum, hyperthyroïdie décompensée, artériosclérose cérébrale avancée, insuffisance rénale ou hépatique avancée, affection coronaire avancée, maladies tumorales, sclérose en plaque, décollement de la rétine, diabète de type 1, psychose, troubles du comportement alimentaire : anorexie, boulimie.

Votre poids :

Votre taille :

Je suis sous traitement médical pour la ou les pathologie(s) suivante(s) :

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

PAIEMENTS des services

Dans la même enveloppe, **merci de bien séparer les paiements** (stage et hébergement)

Pour le stage,

Un chèque de 580€ (jeûne) ou 610€ (monodiète) ou 650€ (cure de fruits/légumes frais à l'extracteur).

Encaissement 3 semaines avant le début du séjour.

Pour l'hébergement.

Un chèque correspondant à l'hébergement choisi. **(Après validation des disponibilités)**

Encaissement à réception.

CAUTION

Une caution de 300€ vous sera demandée à votre arrivée.

Non encaissée elle vous sera restituée au maximum 8 jours après la fin du stage (après état des lieux réalisé par l'hébergeur).

DÉSISTEMENT / REMBOURSEMENT

Stage

Aucun chèque encaissé ne fera l'objet d'un remboursement, sauf cas de santé justifié par un certificat médical.
En cas de désistement à moins de trois semaines du début du stage, le chèque est encaissé et le séjour est dû.
En cas de désistement à plus de trois semaines, le chèque sera encaissé et le montant du chèque sera déductible pendant 1 an sur un séjour de votre choix dans notre structure.
En cas de désistement à moins de 7 jours, aucun remboursement ne sera effectué.
Dans tous les cas d'annulation, il sera retenu 80€ de frais de dossier sur le montant du stage.

Hébergement

Dans tous les cas et sans exception, le prix de l'hébergement reste dû.

ANNULATION DU STAGE

En dessous de 4 personnes inscrites, l'organisateur se réserve le droit d'annuler le stage.
Cette annulation ne pourra pas avoir lieu à moins de 15 jours avant son début programmé. D'autres dates seront proposées. Si celles-ci ne conviennent pas, l'acompte sera remboursé sous 15 jours.

ENGAGEMENT

En signant ce bulletin d'inscription, j'atteste,

- dans une démarche libre et volontaire, souhaiter effectuer un stage « Jeûne et Randonnée » avec Philippe Enon - Le Genêt -
- être en bonne santé et en mesure de marcher tranquillement plusieurs heures par jour (de 2 à 4 heures).
- avoir été informé des risques et pris connaissance des contre-indications à un stage d'une semaine de jeûne ou monodiète et randonnée **ci-dessus mentionnées dans le chapitre « contre-indications »** ou sur le site www.le-genet.com/bulletindinscription
- et je m'engage à prendre l'entière responsabilité de mes activités individuelles et collectives.
- avoir souscrit un contrat d'assurance couvrant ma Responsabilité Civile Individuelle (en cas de dommages causés à des tiers).
- avoir bien noté que je ne pourrai pas fumer, ni consommer d'alcool ou drogue, dans le cadre prédéfini par le stage et pendant cette semaine de jeûne ou monodiète / jus frais à l'extracteur et randonnée.
- Respecter le règlement intérieur « Les Mercis du Genêt ».
- et je confirme mes déclarations étant sincères et véritables et, dégage Philippe ENON – Le Genêt - de toute responsabilité à ce sujet.
- et je m'engage également à avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.

Entre 15 et 20 jours avant le début du stage, un courriel avec Le Livret d'Accueil et Préparation (informations pratiques et plan de votre préparation) vous sera adressé.

Ce formulaire est à retourner accompagné de vos règlements à :

Philippe Enon

23, rue du Docteur Dorion
85220 APREMONT
06 43 51 91 67
jeunedetoxvitalite@gmail.com

Fait à,

Le,

Votre signature précédée de la mention manuscrite « Lu et approuvé »

LES SOINS ANNEXES**

- Hydrothérapie du colon (irrigation colonique) par nos soins sous supervision médicale 90 euros
- Médecines alternatives avec le Docteur Calichiama, médecin généraliste à St-Gilles-Croix-de-Vie.
à partir de 60 euros
- Massage bien-être relaxant drainant / Bilan naturopathique / Ostéopathie / Pressothérapie / Reiki /
Sonothérapie / Shiatsu / Réflexologie plantaire / Shiatsu ... de 50 à 120 euros
Durée des séances selon la pratique, de 45 mn à 1h30. Le règlement se fait directement au praticien.
*** Les prestations peuvent varier selon les disponibilités des praticiens.*

LE CALENDRIER 2019

Merci de cocher ou surligner en couleur la semaine de votre choix.

FEVRIER

- Du S 16 au V 22

MARS

- Du S 2 au V 08 (**Spécial QiGong***) -- Du S 16 au V 22

MARS / AVRIL

- Du S 30 mars au V 05 avril -- Du S 13 au V 19

AVRIL / MAI

- Du S 27 avril au V 03 mai -- Du S 11 au V 17 -- Du S 25 au V 31

JUIN

- Du S 08 au V 14 -- Du S 22 au V 28

JUILLET

- Du S 06 au V 12 -- Du S 27 juillet au V 02 août (**Spécial Ecriture « Carnet de Vagabondage »****)

AOUT

- Du S 10 au V 16 -- Du S 17 au V 23 -- Du S 10 au V 23 (**Spécial 2 semaines****)

SEPTEMBRE / OCTOBRE

- Du S 14 au V 20 -- Du S 28 septembre au V 04 Oct.

OCTOBRE

- Du S 12 au V 18 -- Du S 26 au V 01 Nov.

NOVEMBRE

- Du S 16 au V 22 (**Spécial Yoga****)

DECEMBRE/JANVIER 2020 **JEÛNE DE LA SAINT SYLVESTRE ***

- Du S 28 décembre 2019 au V 03 janvier 2020

* Le tarif est majoré pour les semaines spéciales. **Stage « Spécial 14 jours, la nuit du vendredi est offerte. Voir la rubrique TARIF sur le site www.le-genet.fr et demandez le bulletin d'inscription correspondant.

Hors de ces dates, si vous êtes un groupe (4/5 personnes minimum), nous pouvons organiser des stages spécifiques sur demande. Nous sommes à votre écoute.