



Jeûne & Randonnée - Naturopathie - Energies de vie

FORMULAIRE D'INSCRIPTION (fiche individuelle)

**Jeûne Vital'Energie & Plantes sauvages comestibles (7jours/6 nuits)**  
**à La Vraie Croix (Morbihan) Gîte confort \*\*\* piscine extérieure chauffée**

### COORDONNÉES et INFORMATIONS

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : .....

Ville : .....

Téléphone : fixe ..... Portable : .....

Email : .....

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

Sexe : F M Poids : ..... Taille : .....

Profession : .....

Avez-vous déjà jeûné seul? .....

Si oui, combien de fois et combien de temps? : .....

Avez-vous déjà participé à un stage « Jeûne et randonnée » ? Si oui, où ?

Pour quelle(s) raison(s) souhaitez-vous faire ce jeûne ?.....

Prenez-vous des médicaments ? Si oui, lesquels?.....

Pour quelle pathologie ? .....

Antécédents médicaux importants à signaler :.....

Avez-vous l'habitude de marcher ? Si oui, combien de temps ? A quelle fréquence ?

Pratiquez-vous une activité physique régulière ? (yoga, gym, vélo).....

Est-ce que vous méditez? Si oui, combien de temps ? A quelle fréquence ?.....

## INSCRIPTION (vérifier les disponibilités)

21 au 27 octobre 2023

Je viens  en co-voiturage  en voiture  en train  en avion

Nous mettons en contact les stagiaires pour du covoiturage, mais ne gérons pas les transports. Pour les personnes arrivant en gare de Vannes le samedi, une navette est possible à 16h (tarif : 5€) si réservée au préalable. Merci d'entourer ce choix dans 'Prix total'. L'arrivée au gîte est à 17h le samedi et le départ le vendredi à 14h.

## TARIFS

**Le tarif de votre séjour Jeûne Vital'Energie & Atelier plantes sauvages comestibles est composé de trois éléments : accompagnement au jeûne, hébergement et atelier.**

- **Accompagnement : 540€/personne**
- **Atelier journée Plantes sauvages comestibles : 60€/personne**
- **Votre Hébergement en Gîte grand confort \*\*\***

Les draps sont fournis. Merci d'apporter votre linge de toilette.

Trois formules d'hébergement à votre disposition :

Merci d'apporter votre linge de toilette ou supplément serviette 5€/pers.

Trois formules d'hébergement à votre disposition :

**250 €/personne** en chambre partagée twin (2 lits 90) avec salle d'eau et wc à partager. A l'étage. 2 possibilités. Suppl. chambre individuelle 100€

**350 €/personne** en chambre individuelle (lit 140) avec salle d'eau et wc à partager. A l'étage. 2 possibilités **Forfait couple 490 €**

**380 €/personne** en grande chambre individuelle (lit 160) avec cabinet de toilette et wc privés, salle d'eau à partager. Une possibilité.

**Forfait couple 520 €**

**Prix Total** : 540 € + 60 € + ..... + 30 € (si monodiète) + 5€ (si navette Vannes Gare) + 5€ (si serviette) = .....

Je joins un chèque d'acompte de 250 € à l'ordre de « Sophie Rondeaux » et m'engage à régler le solde à mon arrivée au gîte.

Validation de l'inscription : Votre inscription sera validée après un entretien téléphonique avec Sophie Rondeaux.

Conditions d'annulation : Pour toute annulation écrite un mois avant le début du stage ou en cas de raisons médicales (certifiées par un médecin), le chèque d'acompte pourra vous être restitué, après ce délai il ne sera pas rendu et sera encaissé. En cas de retard au début du stage ou de départ anticipé, la totalité reste

acquise par Vital'Energie. Pour toute annulation du fait de Vital'Energie la somme sera remboursée dans les plus brefs délais.

## **PRESTATIONS COMPRISES DANS VOTRE SEJOUR JEÛNE VITAL'ENERGIE /ATELIER PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES**

• Jeûne type Buchinger ou monodiète personnalisée • Boissons « bio » : jus de citron, tisanes, eau de source ou filtrée, bouillons de légumes frais maison, jus de pomme • Repas de reprise alimentaire • Méditations • Eveil musculaire/Energétique • Encadrement des randonnées • Transferts en van pour les randonnées • Conférences - causeries jeûne & la santé au naturel • Bilan de vitalité naturopathique avant, pendant votre cure + conseils personnalisés post cure • Atelier plantes sauvages comestibles • Bar à Fleurs de Bach • Trousse naturelle à disposition sur place •

## **PRESTATIONS PROPOSÉES EN SUPPLÉMENT**

Massage sensitif • Massage Ayurvédique • Réflexologie plantaire

## **EN SIGNANT :**

- J'atteste, dans une démarche libre et volontaire, souhaiter effectuer un stage « jeûne et randonnée » situé à La Vraie Croix avec Sophie Rondeaux.
- J'atteste pour ce faire, être en mesure de marcher au minimum 3 heures par jour, être en bonne santé et je m'engage à assurer mes responsabilités personnelles individuelles et en groupe. Je certifie avoir une assurance responsabilité civile.
- J'atteste m'être informé(e) sur le jeûne (indications, déroulement, intérêts...)
- J'ai bien pris connaissances des contre-indications du jeûne : amaigrissement extrême, anorexie, hyperthyroïdie décompensée, artériosclérose cérébrale avancée, insuffisance hépatique ou rénale avancée, 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.
- J'atteste que 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.

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

Date :

Signature+ Mention manuscrite « Lu et approuvé »

## Informations sur la protection des données

Conformément aux dispositions du Règlement général sur la protection des données du 27 Avril 2016, nous vous informons que les informations portées sur ce formulaire sont obligatoires et enregistrées dans un fichier informatisé par Sophie Rondeaux. Les données ci-jointes sont nécessaires pour effectuer le stage «Jeûne & Randonnée» avec Vital'Energie. Les informations suivantes sur la protection des données vous indiquent comment vos données seront traitées.

### Responsable du traitement des données

Vous pouvez joindre Mme Sophie Rondeaux 0610855807 ou [sophie.rondeaux@wanadoo.fr](mailto:sophie.rondeaux@wanadoo.fr)

### Pendant combien de temps mes données sont-elles conservées ?

Vos informations personnelles sont conservées pendant une durée qui ne peut excéder 3 ans, sauf si vous exercez votre droit de suppression des données vous concernant, dans les conditions décrites ci-après. L'accès à vos informations personnelles est strictement limité à Mme Sophie Rondeaux.

### Confidentialité et sécurité des données personnelles

Durant la période de 3 ans pendant laquelle nous conservons vos données, nous mettons en place tous les moyens pour assurer la confidentialité et la sécurité de vos données personnelles de manière à empêcher leur endommagement, effacement, ou accès par des tiers non autorisés.

### Droit de suppression et de rectification de vos données personnelles

Vous bénéficiez d'un droit :

- D'accès,
- De rectification,
- De portabilité
- Et d'effacement de vos données ou encore de limitation du traitement.

Ces demandes s'effectueront par courrier ou par voie électronique.

[Sophie.rondeaux@wanadoo.fr](mailto:Sophie.rondeaux@wanadoo.fr) - S.Rondeaux 23 kerentré, Le Gorvello, 56250 Sulniac

Nous vous prions de bien vouloir signer le présent document afin de consentir au traitement de vos données personnelles accompagné de la mention manuscrite suivante :

«Je donne mon consentement exprès pour la collecte de mes données personnelles»

.....  
.....

**Nom et Prénom :**

**Date et signature :**