

FICHE D'INSCRIPTION Un Pas Vers Soi

Séjour Jeûne & Randonnée

1. Informations personnelles

Nom : Prénom :

Date de naissance :/...../.....

Adresse :

.....

Téléphone :

E-mail :

Personne à prévenir en cas d'urgence :

Nom :

Téléphone : Lien de parenté :

2. Votre séjour

Dates du séjour :

☐ Chambre individuelle avec salle de bain : privative / partagée (selon disponibilité)

☐ Chambre partagée

Options : semaine à thème oui / non

accompagnement personnalisé préparation au jeûne oui / non

reprise alimentaire oui / non

3. Transport

Comment venez-vous ?

☐ Véhicule personnel ☐ Train ☐ Autre :

Si vous arrivez en train, je peux venir vous chercher gratuitement à la gare de Lons-le-Saunier.

Souhaitez-vous bénéficier de cette navette ?

☐ Oui ☐ Non Heure d'arrivée du train :

4. Votre expérience du jeûne

Est-ce votre premier jeûne ?

☐ Oui ☐ Non

Si non, combien de jeûnes avez-vous déjà réalisés ?

.....

5. Informations concernant votre santé

Taille : cm

Poids : kg

IMC (calculé par l'organisateur) :

Suivez-vous actuellement un traitement médical ?

☐ Oui ☐ Non

Si oui, lequel ?

.....
.....

Si vous suivez un traitement médical ou présentez une pathologie, un certificat médical autorisant la pratique d'un jeûne est obligatoire et devra être joint à votre dossier d'inscription.

Avez-vous des allergies ?

☐ Oui ☐ Non

Si oui, lesquelles ?

.....

Avez-vous des difficultés physiques particulières ?

☐ Oui ☐ Non

Si oui, lesquelles ?

.....

6. Pratique de la randonnée

Je certifie être en capacité de marcher plusieurs heures par jour sur des sentiers présentant un dénivelé modéré.

☐ Oui ☐ Non

Remarques éventuelles :

.....

7. Contre-indications

Je certifie avoir pris connaissance des contre-indications au jeûne qui m'ont été communiquées.

☐ Oui ☐ Non

Je déclare ne présenter aucune contre-indication connue à la pratique du jeûne.

☐ Oui ☐ Non

8. Engagement du participant

Je reconnais :

- avoir reçu toutes les informations concernant le déroulement du séjour ;
- participer volontairement à ce séjour ;
- m'engager à respecter les consignes données pendant toute la durée du séjour ;
- informer immédiatement l'accompagnatrice de toute difficulté physique ou psychologique rencontrée ;
- avoir communiqué des informations exactes concernant mon état de santé.

9. Paiement

Accompagnement 490€

Je choisis une chambre individuelle : lit 140 avec salle de bain et wc privatifs 350€

lit 140 avec salle de bain et wc partagés 300€

une chambre partagée : lit 90 avec salle de bain et wc partagés 250€

Un acompte de **300 €** est demandé à l'inscription, à l'ordre de « **Un pas vers l'essentiel** ».

Modes de règlement acceptés : **chèque, virement bancaire ou Wero.**

Le solde du séjour devra être réglé au plus tard le dernier jour du séjour.

10. Droit à l'image

J'autorise l'utilisation des photographies prises durant le séjour à des fins de communication.

☐ Oui ☐ Non

11. Signature

Je certifie exacts les renseignements fournis ci-dessus.

Fait à :

Le :/...../.....

Signature précédée de la mention

"Lu et approuvé"

Signature :

.....