



Jeûne & Randonnée - Naturopathie - Energies de vie

FORMULAIRE D'INSCRIPTION (fiche individuelle)

**Stage Jeûne & randonnée – Naturopathie - Energies de vie (7jours/6 nuits)**  
à l'île d'Ouessant (Finistère) Gîte confort \*\*\* Vue Mer et jardin

### 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 ?

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

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

## INSCRIPTION 2024 (vérifier les disponibilités)

18 au 24 mai

Je viens  en co-voiturage  en voiture  en train

Nous mettons en contact les stagiaires pour du covoiturage, mais ne gérons pas les transports. Merci de réserver votre traversée maritime au départ de Brest (parking gratuit) et du Conquet (parking payant à réserver impérativement, me demander les informations). Une navette est prévue au port à votre arrivée le samedi à 16h et pour votre retour le vendredi à 16h.

## TARIFS

**Le tarif de votre semaine jeûne & randonnée est composé de deux éléments : la prestation d'accompagnement du jeûne et l'hébergement :**

- **Prestation d'accompagnement jeûne**  
**540€/personne** (supplément 20€ si monodiète)

- **Hébergement en Gîte confort \*\*\***

Les draps sont fournis ainsi que le linge de toilette.

Différentes formules d'hébergement à votre disposition :

**250 €/personne** une alcôve twin (2 lits 90) et une alcôve grand lit 160 ouvertes sur mezzanine avec salle de bain et wc à partager. Au 2<sup>nd</sup> étage.

**350 €/personne** en chambre individuelle (lit 140 - vue bourg) avec salle d'eau et wc à partager. Au 1<sup>er</sup> étage. **Forfait couple 490 €**

**380 €/personne** en chambre individuelle (lit 160 – vue mer) ) avec salle d'eau et wc à partager. Au 1<sup>er</sup> étage. **Forfait couple 520 €**

**Prix Total** : 540 € + ..... (+ 20 € si monodiète) = .....

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 STAGE JEUNE & RANDONNÉE

- 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 voiture pour 2 randonnées
- Conférences - causeries jeûne & la santé au naturel
- Bilan de vitalité naturopathique avant, pendant votre cure + conseils personnalisés post cure
- Bar à Fleurs de Bach
- Trousse naturelle à disposition sur place

## PRESTATIONS PROPOSÉES EN SUPPLÉMENT

- Massages Bien-Etre
- Réflexologie plantaire

## EN SIGNANT :

- J'atteste, dans une démarche libre et volontaire, souhaiter effectuer un stage « jeûne et randonnée » situé à Lampaul, île d'Ouessant 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 :**