BULLETIN D'INSCRIPTION

(A compter de juin 2027)

Jeûne entre mer et marais à Saint-Cyr-du-Doret

IMPORTANT : Nous contacter pour vous assurer de la disponibilité des places (nombre limité) et du choix d'hébergement par email ou au 0626615265 (Nadège) OU 0674196255 (Mireille)

Un exemplaire par participant à imprimer, remplir et renvoyer par mail contact@jeuneentremeretmarais.fr ou par courrier postal à :

Adresse Association Destination HARMONY, 57 route de Saint Jean de Liversay, 17170 Saint Cyr du Doret

VOTRE IDENTITÉ

Nom et Prénom ..... Poids : ..... Taille : .....

Date de naissance ..... / ..... / ..... Sexe : ☐ F ☐ M C'est mon premier jeûne ? ☐ Oui ☐ Non

Adresse postale .....

Code Postal : ..... Localité : .....

Téléphone : ..... E-mail : .....

Nom et N° de Tel de la personne à prévenir en cas d'urgence : .....

VOTRE SEJOUR

Date début du séjour : Le vendredi ..... à 9h00 au lundi 2027
après le repas de la reprise alimentaire (environ 13h30)

☐ **420 €** : Séjour détox de 4 jours Jeûne et Randonnée : Accompagnement 24h/24h. Jus de légumes/fruits bio frais à l'extracteur le matin avec éveil corporel, randonnées, ateliers et bouillon de légumes au soir autour d'une thématique sur l'hygiène alimentaire ou de vie. Le repas de la reprise alimentaire. Vous êtes véhiculés pendant tout votre séjour. Accès piscine chauffée en fonction de la météo, sauna et jacuzzi (l'après-midi). **Massages en option.**

☐ Arrivée la veille : Nuitée Supplémentaire : 45 euros (Un bouillon vous sera proposé)

⚓ Veuillez cocher la case correspondant à votre choix d'hébergement 3 nuitées (tarif TTC) :

- ☐ **190 €** pour chambre seule avec salle de bain privative
- ☐ **165 €** pour chambre seule + salle de bain partagée
- ☐ **120 €** pour chambre partagée à deux + SDB partagée
- ☐ **220 €** pour chambre en couple + SDB partagée

Linge fourni pour tous les hébergements : une serviette de bain, un peignoir et les draps.

MASSAGES : CALIFORNIEN / SUEDOIS / AYURVEDIQUE / PERSONNALISÉ / REFLEXOLOGIE PLANTAIRE / KOBIDO

Prix des massages proposés : Durée : 1 heure : 65 €.
Merci d'indiquer, si possible, juste le nombre de massages souhaités pour une meilleure organisation. Ou sur place, en fonction des places restantes. Merci de votre compréhension.

Nombre de massage 1H x .....

VOTRE ARRIVÉE

Arrivée à la gare de Surgères ou La Rochelle. La navette, à titre gracieux, vous est proposée pour l'aller et le retour. Vos horaires d'arrivée à la gare doivent toutefois se situer avant 21H00 pour l'arrivée la veille. Pas de navette le jour du début du séjour. Pour le retour, nous vous déposons aux différentes gares après la reprise alimentaire. Prévoir en temps de trajet 25 minutes pour Surgères et 30 minutes pour La Rochelle.

☐ EN VOITURE ☐ JE NE SAIS PAS ENCORE

NOTE D'INFORMATION : Un guide par email de préparation au jeûne, avec les informations pratiques, vous sera envoyé dès votre inscription

VOS ENGAGEMENTS

☐ J'atteste être en mesure de marcher au minimum 3 heures par jour, être en bonne santé et je m'engage à assurer mes responsabilités personnelles.

☐ Je confirme mes déclarations étant sincères et véritables et dégage « Jeûne entre Mer et Marais » et « Destination Harmony » de toute responsabilité à ce sujet. Je m'engage également à avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.

☐ J'ai bien pris connaissance des contre-indications du jeûne sur le site internet jeuneentremereetmarais.fr

Dans le cas de pathologie ou médication importantes merci de fournir un certificat médical obligatoire attestant la possibilité du jeûne et de la marche.

PAIEMENT DE VOTRE SEJOUR

JE JOINS UN CHEQUE D'ACOMPTE D'UN MONTANT DE 250 €
à libeller à l'ordre de (Destination Harmony)
et à renvoyer avec le bulletin d'inscription à l'adresse :
Association Destination HARMONY,
57 route de Saint Jean de Liversay,
17170 Saint Cyr du Doret

OU

ACOMPTE PAR VIREMENT
Merci de bien inscrire votre nom et la date de votre Séjour Détox sur l'intitulé du virement

IBAN FR7630047142830002208200188
BIC CMCIFRPP

PAS DE REGLEMENT CB SUR PLACE
Sur place, vous pouvez payer par chèque, virement ou espèces. Pas de Carte Bleue.

Date : .....

Signature précédée de la mention manuscrite
« *Lu et approuvé* »

Jeûne entre Mer et Marais – Destination HARMONY – Pour tous renseignements –
Tél : Nadège : 0626615265 ou Mireille : 0674196255
ou contact@jeuneentremereetmarais.fr