

**Bulletin de préinscription
Stage Jeûne & Trek niveau 1
Durée : 7 jours**

A envoyer à contact@floriangomet.com

Nom : Prénom :
Date de naissance : Taille : Poids :
Sexe : Votre pouls au repos :
Adresse :
.....
Email : Téléphone :

Dates choisies pour le stage :

CV de votre expérience en randonnée, les GR parcourus avec les distances et les dates :

Décrivez votre expérience du jeûne :

Décrivez (heures, km, etc) votre activité physique hebdomadaire :

Prenez-vous des médicaments ? Quels sont vos problèmes de santé ?

Expliquez votre motivation pour participer en quelques lignes :

Informations importantes :

Coût du stage : 500 euros, hors hébergement.

Coût de l'hébergement : 30 euros par nuit à l'intérieur de la galerie du Capucin dans la limite des places disponibles : 7 couchages avec lit double + 6 couchages avec lit simple. Les chambres contiennent plusieurs lits et priorité est donnée aux premiers inscrits.

Acceptez-vous de partager un lit double ? OUI NON

En outre, il vous est possible de réserver une chambre à la galerie du Capucin (60 rue du Général de Gaulle 68240 Kaysersberg) avant ou après le stage. Contact et réservation au 03 89 47 27 04

<https://www.booking.com/hotel/fr/les-loges-du-capucin.fr.html>

Règlement : **Si mon inscription est confirmée par l'organisateur**, 200 euros d'arrhes seront à verser par virement bancaire à l'association Aventure Sport Nature IBAN : FR43 2004 1010 0412 5816 7L02 560 BIC : PSSTFRPPDIJ Le solde, soit 300 euros (hors hébergement), sera à régler en début de stage. Les frais d'hébergement seront à régler sur place avec l'hôtelier.

Je m'engage à :

- A lire et à accepter le programme complet ci-joint.
- Suivre une descente alimentaire la semaine précédent le stage (cf Le programme complet).
- Prendre une purge (elle vous sera fournie) le premier jour du stage. Elle se fera collectivement et **elle est obligatoire pour participer**.
- **A laisser mon téléphone portable dans la chambre de l'hôtel pendant toute la durée du stage.**
- Emporter le matériel listé ci-dessous :
 - une grande serviette
 - un maillot de bain
 - des vêtements adaptés pour le yoga
 - un carnet de notes
 - un petit sac à dos
 - des vêtements adaptés à la randonnée
 - des chaussures déjà éprouvées, de préférence des minimalistes voire des sandales (*par exemple Luna Sandals*)
 - une gourde

Veillez à n'emporter que du matériel de randonnée déjà testé ! Vous pouvez trouver ces articles Au vieux Campeur, chez Décathlon ou sur Arklight-design.com. Ne négligez pas la qualité de votre matériel, il sera gage de confort et pourra vous accompagner de nombreuses années. N'oubliez pas que pas cher est toujours trop cher ;-)

Conditions générales d'inscription aux stages :

Article 1 - Inscription & Règlement : Les inscriptions effectives seront prises en compte à partir de la réception du bulletin d'inscription dûment rempli ainsi que du paiement, par chèque ou virement bancaire, des arrhes imposés. Les inscriptions demeurent retenues selon leur ordre d'arrivée.

Article 2 - Annulation : Les organisateurs se réservent le droit d'annuler un stage si l'effectif des participants reste insuffisant en correspondance de son organisation, de son fonctionnement ou si des circonstances imprévues l'exigent. En cas d'annulation, les frais d'inscription seront intégralement remboursés dans les jours suivants la notification de l'annulation.

Article 3 - Désistement & Interruption : En cas d'annulation par le stagiaire, les arrhes versés seront retenus pour frais de gestion et d'organisation ou bien reportés à une session identique ultérieure. En cas d'interruption en cours de stage par le stagiaire, aucun remboursement ne sera effectué.

- Déclare autoriser les organisateurs à utiliser des photographies et des vidéos où je suis reconnaissable à des fins de promotions de futurs événements.
- Déclare refuser d'être photographié et filmé dans le cadre du stage.

Je soussigné(e) _____ reconnais avoir pris connaissance du règlement et dégage la responsabilité de l'organisateur en cas d'incident de toute nature. A :Le :/...../.....

Signature du participant précédée de la mention "Lu et approuvé" :