

Fiche d’inscription individuelle à un séjour de

« Jeûne et Randonnée »

Nom : …………………………………… Prénom : ……………………………. Age : …...

Adresse : ………………………………………………………………………………………

Téléphone : ……………..…….... Adresse e-mail : ……………………………………......

Profession : ……………………………………. Taille : ………….. Poids : ……………….

*Je m’inscris au séjour ‘Jeûne et Randonnée’ du ………………au..………………, organisé à ……………………………………... . Je souhaite séjourner dans la chambre numéro ……… , au prix de …………….. ;*

*Le tarif de l’accompagnement est de 450€ pour le séjour de janvier 2022 et 650€ pour les autres séjours.*

*Afin de valider mon inscription, je verse un acompte pour ce séjour de 500€ sur le compte bancaire :*

Titulaire : MTLi

IBAN : LU60 0141 9393 1530 0000

BIC : CELLLULL

Communication : Séjour JR + Date début du séjour + Nom + Prénom

*Le solde du séjour sera versé au plus tard un mois avant le début du séjour sur ce même compte.*



Politique d’annulation

Après un droit de rétractation de 14 jours, l’acompte est non-remboursable. Si le participant annule le séjour plus d’un mois avant le début de celui-ci, les montants versés, hors acompte, seront remboursés. En cas d’annulation au-delà de ce délai, la totalité du coût du séjour sera facturée.

En cas de force majeure (par exemple, l’annonce d’un confinement COVID), entrainant l’annulation du séjour, tous les montants perçus par Jeûne & Hormèse seront remboursés.

Si un nombre insuffisant de participants est inscrit, Jeûne & Hormèse annulera le séjour et remboursera en intégralité les participants inscrits.

Contre-indications au jeûne

Le jeûne s’adresse à des personnes en bonne santé. Il est strictement contre indiqué en cas d’amaigrissement extrême (BMI > 18 exigé), d’anorexie, d’hyperthyroïdie décompensée, d’artériosclérose cérébrale avancée, d’insuffisance hépatique ou rénale avancée, de grossesse ou d’allaitement, de dépendances, d’ulcère de l’estomac ou du duodénum, d’affections coronaires avancées, décollement de la rétine, psychose, diabète de type 1, maladies tumorales et sclérose en plaques, et tout traitement allopathique en général.

*« J’atteste, dans une démarche libre et volontaire, souhaiter effectuer un séjour de jeûne et randonnée avec « Jeûne et Hormèse ». Je déclare être en bonne santé et avoir été informé(e) des risques et contre-indications de cette semaine de jeûne, et les accepter en connaissance de cause. Je déclare assumer mes responsabilités personnelles et en groupe. Je confirme mes déclarations étant sincères et véritables et, dégage « Jeûne et Hormèse ». J’atteste ne pas avoir de contre-indications à la randonnée et être capable de randonner 4h par jour. J’atteste ne pas avoir de de contre-indications à l’utilisation d’un sauna. J’atteste avoir été informé(e) que la conduite d’un véhicule motorisé ou non est fortement déconseillé durant toute la durée du séjour. »*

Date : Signature précédée de la mention « lu et approuvé » :



Expériences de jeûne

Avez-vous déjà jeûné, seul ou dans un centre ? Combien de temps ?

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

Quelles sont vos motivations pour ce jeûne ?

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………