

Bulletin d'inscription individuel 2024

AQUA JEÛNE ET RANDONNÉE

Remplir un exemplaire individuel et envoyer le par email à aqua.jeune.randonnee@gmail.com

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Localité _____ Code postal _____

Email _____

Tel fixe : _____ Tel portable : _____

Personne à prévenir en cas d'urgence, _____ Tel : _____

Date de naissance ___/___/___/___ Sexe : F M c'est mon premier jeûne ? _____

Taille _____ Poids _____ je suis fumeur

Séjour du _____ au _____ 2024 à Rabos

Offre une remise exceptionnelle sur la cure de 70 € sur les 2 places restantes pour le stage du 14 au 20 juillet 2024.

* Le tarif de votre cure comprend

l'accompagnement à la cure Aqua jeûne, ses activités principales Yoga et Randonnée, les ateliers et les conférences.

560 € le Jeûne de type Buchinger

620 € Mono-diète de fruits, de légumes ou cure de jus de légumes frais à l'extracteur

* Le Tarif de L'hébergement 6 nuitées

LE MAS MOULIN ROQUER

demander la disponibilité des chambres. (les draps et les serviettes sont fournies).

La chambre individuelle salle de bain et toilettes privées 1 pers _ 6 nuitées ___ 800 €
 2 pers _ 6 nuitées ___ 400 € / personne

La chambre individuelle, salle de bain et toilettes partagées avec une autre chambre
 1 pers _ 6 nuitées ___ 700 €
 2 pers _ 6 nuitées ___ 350 € / personne

La chambre partagée, salle de bain et toilettes partagées avec une autre chambre
 2 pers _ 6 nuitées ___ 380 € / personne

Le studio 50 M2 partagé, salle de bain et toilettes privées 1 pers _ 6 nuitées ___ 900 € / personne
(La Casita et le Moulin) 2 pers _ 6 nuitées ___ 450 € / personne

lit double

2 lits simples

A la réservation est demandée le règlement des arrhes du montant de 560 €

Optionnel

Les soins bien-être à la carte ou les Packs vous seront communiqués ultérieurement et seront *à régler sur place*.

Transport :

- Navette trajet Aller / Retour : **de la gare TGV de Figueres Vilafant / Rabos** tarif dégressif suivant le nombre de personne (nous demander plus d'information)
- de l'aéroport de Barcelone** (nous demander plus d'informations)
- de l'aéroport de Barcelone Gironne** (nous demander plus d'information)

J'arrive :

- En train :

Arrivée vers 15H30 à **la gare TGV de Figueres Vilafant** : le navette viendra vous chercher.

- En avion

- **Aéroport de Gironne** arriver en début d'après midi avant 14H00
- **Aéroport de Barcelone** arriver plutôt le matin
soit le train : depuis l'aéroport vers la gare de Barcelone Sants (20mn) et correspondance pour Figueras-Vilafant (55mn). Le navette sera sur place à 15H30

- En voiture

Sur A9 passer sur le territoire Espagnol et suivre l'autoroute et prendre la sortie 3 (Figueres N), prendre direction Llança, sortie direction Rosas à l'intersection prendre à gauche direction Garriguella jusqu'à Rabos. (Un itinéraire google map vous sera communiqué pour arriver jusqu'au Mas)

- Je propose un covoiturage partant de :

- Je ne sais pas encore

- j'atteste être en mesure de marcher 3h par jour et être en bonne santé** et je m'engage à prendre mes responsabilités personnelles et en groupe.
Je confirme mes déclarations étant sincères et véritables et
Je dégage **Aqua Jeûne et Randonnée** de toute responsabilité à ce sujet.
Je m'engage également à prévenir tout changement de situation pouvant survenir avant le séjour.

- J'ai pris connaissance des contres indications** du jeûne sur le site www.aquajeuneetrandonnee.com

- Je suis sous traitement médical dans ce cas : je joins un certificat médical obligatoire**, attestant la possibilité du jeûne et de la marche pour la pathologie suivante _____

Pour réserver :

1- Je m'informe des disponibilités des chambres par téléphone ou par email et J'envoie le bulletin d'inscription individuel une fois rempli par e.mail aqua.jeune.randonnee@gmail.com

2- Je fais le virement bancaire du montant de la cure en précisant le nom du titulaire.
Ci-dessous vous trouverez le relevé d'identité bancaire.

3- Pour que votre inscription soit définitivement enregistrée, nous demandons le paiement à la réservation et le retour du formulaire d'inscription.

4- Nous vous confirmerons par email votre inscription et vous recevrez ultérieurement les informations pratiques et

les modalités de paiement du solde de votre séjour qui devra être finalisé un mois avant votre arrivée.

Nota :

Il n'y a pas de règlement par CB ou par Chèque en Espagne, vous trouverez des distributeurs sur place.

Annulation : En cas de désistement

à 30 jours du début de stage, les arrhes ne seront pas remboursés.

Toute annulation entraîne une retenue de 60 € pour frais de dossier.

En cas de départ anticipé quelque soit la cause, la totalité du séjour est due.

Si vous le souhaitez, vous pouvez assurer votre séjour en cas d'annulation .

www.assurances-sejours.com

Date :

mention manuscrite « lu et approuvé »

Signature

RIB pour effectuer le paiement des arrhes demandés à la réservation

CCM PAU MERMOZ
Patricia Malbec
FR76 1027 8022 7200 0309 2370 508
BIC / CMCIFR2A

