

# FORMULAIRE INSCRIPTION

## RETRAITE DETOX, YOGA & RANDONNÉE 18 – 24 JUILLET 2025 avec Roxane & Sonia

Formulaire à renvoyer par email à [so.naturo47@gmail.com](mailto:so.naturo47@gmail.com) ou [fuerzayarte@gmail.com](mailto:fuerzayarte@gmail.com)

### MES COORDONNEES

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Téléphone : .....

Email : .....

### TARIFS

#### TARIF HORS HEBERGEMENT :

- ❖ Tarif retraite/detox : 500€/pers pour la semaine
- ❖ Tarif retraite/detox à la journée (hors samedi ou mercredi): 80€/jour préciser combien & quel(s) jours : .....
- ❖ Tarif retraite/detox samedi ou mercredi: 100€/jour préciser quel(s) jour(s): .....

#### TARIF HEBERGEMENT :

- ❖ Hébergement : (le prix s'entend par chambre – peut être occupée seul, en couple ou entre amis dans le même lit)

1 Salle de bain à partager	<input type="checkbox"/> Chambre twin à partager (2 lits 90) :	190€/pers
	<input type="checkbox"/> Chambre individuelle (1 lit 140) :	290 €/chambre
1 petite salle d'eau privée*	<input type="checkbox"/> Chambre individuelle (1 lit 140) : * Douche et lavabo dans la chambre	390€ /chambre
Emplacement Camping/Van	<input type="checkbox"/> Contribution eau/électricité :	90€ /semaine/pers
	* possibilité d'utiliser la salle de bain partagée	ou 15€/ nuit/pers

- Location de linge de lit (drap housse, housse de couette et taie oreiller): 7€/ lit pour le séjour
- J'apporte mon propre linge de lit à savoir : drap housse, housse de couette et taie oreiller

▲ Linge de toilette à apporter

- ❖ Prix Retraite .....€ + Hébergement choisi .....+ location linge de lit ..... = TOTAL .....€

Afin de réserver et garantir mon séjour, je verse un acompte de 50% par chèque à l'ordre de « Sonia Donadello » et m'engage à régler le solde à mon arrivée au gîte. La réservation sera effective à réception de l'acompte. L'acompte versé sera encaissé 1 mois avant le début de la retraite.

#### Conditions d'annulation :

En cas de désistement à 45 jours et plus du début de stage, une somme forfaitaire de 90 € pour frais de dossier sera retenue.

•de 44 à moins de 30 jours: retenue de 50% du prix du stage •de 29 à moins de 7 jours, 100% de retenue du prix du stage –

En cas de départ anticipé, la totalité du séjour réservé est dû et non remboursable. Retraite assurée pour un minimum de participants.

## PRESTATIONS COMPRISES

- L'accompagnement/préparation à la descente/detox (à distance via groupe whatsapp) 15 jrs avant
- L'encadrement tout au long de la retraite
- Repas detox (pension complète – Végétarienne ou monodiète) et boissons (eaux, tisanes, infusions, jus)
- Cours de Yoga (jusqu'à 3 cours proposés/jour)
- Cérémonies Cacao et Hutte de sudation (temazcal)
- Chants de mantras et tambour
- Causeries et/ou ateliers sur l'hygiène alimentaire/naturopathie/la santé naturelle etc... (selon dynamique, envies..)
- Les randonnées/ballades accompagnées – sorties de 2 à 3h (horaires et durée adaptables selon météo et dynamique du groupe)

### ❖ Prestations proposées en option (EN SUPPLÉMENT)

- Massages ayurvédique, Massage facial Kobido, Réflexologie plantaire, Yoga Thérapeutique, Constellation familiale, Bilan Vitalité/Iridologie etc...

## POUR MIEUX VOUS ACCOMPAGNER :

Age : ..... Date de naissance : .....

Poids : ..... Taille : .....

Antécédents médicaux importants à signaler :

.....  
.....

Je prends des médicaments ? Si oui, lesquels ? un entretien téléphonique sera à prévoir si nécessaire) :

.....

L'adresse du Gîte sera communiquée 15 jours avant le début du stage.

❖ Nous vous accueillerons au gîte le vendredi 18/7 après-midi. Nous vous offrons la possibilité d'arriver à partir de 11h pour s'installer et profiter de la piscine – Penser à apporter son repas du midi.

❖ Départ le jeudi 24/7 après le repas. Nous vous offrons également la possibilité de profiter de la piscine l'après-midi jusqu'à 18h.

### ❖ EN SIGNANT J'ATTESTE :

J'atteste, dans une démarche libre et volontaire, souhaiter effectuer une retraite de Detox, Yoga & Randonnée - située à Saint Pierre de Clairac 47270.

J'atteste pour se faire, être en mesure de marcher 2 à 3h par jour, être en bonne santé et je m'engage à assurer mes responsabilités personnelles et en groupe.

J'atteste avoir pris connaissance des modalités d'annulation de mon séjour (page précédente)

Je confirme mes déclarations étant sincères et véritables et dégage Sonia Donadello/ Roxane Claude de toute responsabilité à ce sujet. Je m'engage également à avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.

Je suis sous traitement médical pour la pathologie suivante.....

Date :

Signature : (précédé de la mention manuscrite : lu et Approuvé)