

QUESTIONNAIRE (1 questionnaire par personne) A RENVoyer PAR MAIL :  
cassisjeunerando@gmail.com  
SEJOUR « CASSIS JEÛNE RANDO »

INSCRIPTION POUR LE STAGE DU.....AU.....

Nom :.....Prénom :.....

Date de naissance :..... Profession :.....

Adresse Postale : .....

.....

Téléphone portable :.....

E-mail : .....

Comment avez-vous connu le centre Cassis Jeûne Rando ?

Par le site internet [www.cure-jeunecassis.com](http://www.cure-jeunecassis.com)

Par la FFJR (Fédération Française de Jeûne et Randonnée)

Vous êtes déjà venu

Par le bouche à oreille suite à la venue de :.....

Autre : .....

Nom, Prénom et numéro de téléphone de la personne à contacter en cas d'urgence :

.....

.....

.....

Je m'inscris pour le stage « **Cassis Jeûne Rando** » au tarif de **520€ pour l'encadrement.**

Il faut **ajouter le tarif de l'hébergement** qui varie selon le mois de votre venue et l'occupation de la chambre. L'hébergement est dans une villa (*prestation haut de gamme*) située dans le village de Cassis à 500 m de la mer méditerranée.

**La Villa change en fonction des stages, sur le site internet vous trouverez à côté de la semaine choisie, le nom de la villa où se déroule le stage et pourrait ainsi voir le lieu en photo.**

*Donc en fonction de la saison choisie et de l'occupation de la chambre, le stage complet (encadrement + hébergement) peut s'élever par exemple à 520€+180€ ou à 520€+530€.*

**Tout le linge de lit est fourni ainsi que les serviettes de toilettes**

QUESTIONNAIRE (1 questionnaire par personne) A RENVOYER PAR MAIL :  
 cassisjeunerando@gmail.com  
 SEJOUR « CASSIS JEÛNE RANDO »

**Merci d'entourer le tarif de votre choix :**  
Merci de me contacter, au préalable, afin de connaître les disponibilités.

Cassis Jeûne Rando - Tarifs Hébergements VILLA 4* entre septembre 2023 et juin 2024						
Tarif de la chambre fonction de la saison* et du nombre de personne	Tarif hébergement pour la semaine					
	JUN		MARS AVRIL MAI OCTOBRE	NOVEMBRE DECEMBRE JANVIER FEVRIER		
	1pers	Couple	1 pers	Couple	1pers	Couple
Chambre individuelle confort + (lit 160 cm)	530€	690€ <i>Dormir dans le même lit</i>	500€	660€ <i>Dormir dans le même lit</i>	430 €	560€ <i>Dormir dans le même lit</i>
Chambre individuelle confort (lit 160 cm)	420€	460€ <i>Dormir dans le même lit</i>	400€	480€ <i>Dormir dans le même lit</i>	370 €	450 € <i>Dormir dans le même lit</i>
Chambre partagée de 2 pers (en 160 cm)			300€		280€	
Chambre partagée de 2 pers (en 90 cm)	230€		200€		180 €	

\*Voir les dates disponibles directement sur le site internet : [www.cure-jeunecassis.com](http://www.cure-jeunecassis.com).

**La chambre confort + = vous bénéficiez de votre salle de bain et vos toilettes privées.**

Afin de vous accompagner au mieux et dans les meilleures conditions, merci de bien vouloir répondre aux questions ci-dessous (document confidentiel). **Merci de répondre de la manière la plus honnête, afin d'envisager un accompagnement tout à fait spécifique.**

Taille : ..... en mètre                      Poids : .....en Kg

Quelle région habitez-vous ?.....

Ces 3 derniers mois, avez-vous pratiqué un sport ?                      OUI                      NON

Si oui lequel ?.....

Combien d'heure par semaine ?.....

**Nous sommes situés en bord de mer, donc à un niveau 0, nos randonnées ont un dénivelé de 500 à 600m. Elles sont donc sportives (niveau moyen ++)** et très caillouteuses (nature du terrain). **Il est donc impératif d'avoir déjà randonné en milieu de moyenne montagne et d'être équipé de chaussures de randonnée, de préférence montante pour soulager les chevilles.**

QUESTIONNAIRE (1 questionnaire par personne) A RENVOYER PAR MAIL :  
cassisjeunerando@gmail.com  
SEJOUR « CASSIS JEÛNE RANDO »

Avez-vous déjà jeûné ?      OUI                  NON

Si oui, détailler votre ou vos expériences.....

.....  
.....

Si oui, est-ce votre 1<sup>er</sup> jeûne de 6 jours ?.....

Nous accueillons uniquement des personnes en bonne santé, est-ce votre situation ?

.....  
.....

Merci d'indiquer ci-dessous si vous avez des points de votre hygiène de vie que vous souhaitez modifier et pourquoi :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Merci d'indiquer ci-dessous comment vous souhaitez rejoindre/repartir le/du centre Cassis Jeûne Rando :

**Le jour de l'arrivée - Dimanche :**

- J'arrive **en voiture** à partir de 16h30
- J'arrive **en train** à la Gare de Cassis : Transfert assuré gratuitement par le centre si l'arrivée est entre 16h30 et 18h

Merci d'indiquer l'heure d'arrivée à la gare de Cassis:.....

**Le jour du départ - Vendredi :**

- Je repars **en voiture** entre 13h et 14h30.
- Je repars **en train**, entre 13h et 14h30, et dans ce cas là, le transfert jusqu'à la gare de Cassis est assuré gratuitement par le centre.

QUESTIONNAIRE (1 questionnaire par personne) A RENVOYER PAR MAIL :  
cassisjeunerando@gmail.com  
SEJOUR « CASSIS JEÛNE RANDO »

MES ENGAGEMENTS POUR LA SEMAINE DE JEÛNE ET RANDONNÉE

- ✓ J'atteste, dans la démarche libre et volontaire, que je souhaite effectuer un stage de jeûne et randonnée avec *Cassis Jeûne Rando*.
- ✓ J'atteste être en bonne santé.
- ✓ J'atteste n'avoir aucun appareillage d'assistance en lien avec ma santé durant la journée et/ou la nuit (*par exemple : appareil respiratoire*)
- ✓ Je fournis un certificat médical attestant la possibilité du jeûne ET de la randonnée si je souffre d'une pathologie
- ✓ Je fournis un certificat médical attestant la possibilité du jeûne ET de la randonnée si je suis sous traitement médical (*temporaire ou depuis plusieurs années*) qui indique la posologie à tenir durant la semaine
- ✓ Je fournis un certificat médical attestant la possibilité du jeûne ET de la randonnée si mon IMC<19 et/ou si mon IMC>35. IMC = POIDS/( Taille\*Taille)
- ✓ J'atteste être en mesure de **marcher au moins 3 heures par jour sur des terrains dénivelés**, de pouvoir porter mon sac à dos tous les jours.
- ✓ Je m'engage à assurer mes responsabilités personnelles et en groupe. Je déclare avoir souscrit à **une assurance couvrant ma responsabilité civile individuelle** (en cas de dommage causé à un tiers).
- ✓ J'ai bien pris en compte que **les randonnées sont sportives** et cela tout au long de la semaine.
- ✓ Je déclare avoir pris connaissance des contre-indications mentionnées sur le site cure-jeunecassis.com et d'en avoir aucune.
- ✓ Je confirme mes déclarations sincères et véritables et dégage Cassis Jeûne Rando de toute responsabilité à ce sujet. **Je m'engage à prévenir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.**
- ✓ J'ai bien pris en compte que c'est un stage **non fumeur** et **non vapoteur**.
- ✓ J'ai bien pris en compte que les personnes extérieures au groupe ne pourront pas entrer dans l'enceinte du centre.

QUESTIONNAIRE (1 questionnaire par personne) A RENVOYER PAR MAIL :  
cassisjeunerando@gmail.com  
SEJOUR « CASSIS JEÛNE RANDO »

- ✓ Je joins à mon inscription **un virement bancaire pour l'acompte de 300€**, le solde sera à régler le jour de mon arrivée. J'ai bien noté que tout départ anticipé en cours de séjour, pour quelques raisons que ce soit, ne pourra pas être remboursé.
- ✓ J'ai bien noté qu'en cas de désistement à moins de 30 jours de la date du début du séjour, l'acompte ne sera pas remboursé et que toute annulation au-delà de 30j entraine une retenue de 30€ pour frais de dossier.
- ✓ J'ai bien noté qu'en cas d'annulation à moins de 30j, il ne sera pas possible de décaler mon stage.
- ✓ J'ai bien noté qu'en **cas de nouveau confinement sanitaire où le stage sera annulé par l'organisatrice**, l'acompte sera conservé pendant 18 mois pour un prochain stage.
- ✓ J'ai bien noté que je recevrai une confirmation par mail de mon inscription dès le questionnaire et l'acompte reçus.
- ✓ J'ai bien noté que les animaux ne sont pas admis
- ✓ J'ai bien noté que toutes les informations fournies dans ce formulaire seront conservées au maximum 1 an après la fin de votre stage.

**Date & Signature précédée de la mention « Lu et approuvé »**