

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

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 octobre 2024 et juin 2025						
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.

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^{er} 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 »