



ALANIA DETOX[®]
Jeûne, balades & bien-être en Provence Verte

Formulaire d'inscription *une semaine pour moi*

Tarifs 2021/2022

1 - MES COORDONNEES

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

.....

Email :

Tél. portable :

2 - MON STAGE & MON HEBERGEMENT A L'ESCARELLE

Je m'inscris au séjour de jeûne Büchinger du au

Je choisis :

- Jeûne + chambre à partager : 900€ (arrhes 270€)
- Monodiète ou cure de jus + chambre à partager : 990€ (arrhes 297€)
- Jeûne + chambre individuelle : 1250€ (arrhes 375€)
- Monodiète ou cure de jus + chambre individuelle : 1340€ (arrhes 402€)

Ces tarifs incluent les boissons (eau, jus, bouillons, tisanes...), les balades, les ateliers, les soirées, les activités proposées (spa, visites...) et l'accompagnement. Seuls les soins de l'après-midi restent à votre charge (60€ pour une heure).

Chaque chambre de la maison est équipée de deux lits simples ou d'un grand lit double suivant les besoins ainsi que d'une salle d'eau/bain et WC privatifs.
Les draps, serviettes de bain et la taxe de séjour sont compris.

Nos amis les animaux peuvent être admis sur demande.

3 - MON REGLEMENT

Je joins un règlement d'arrhes de 30% à ce formulaire d'inscription :

- Soit par carte bancaire : www.alaniadetox.com/reservation-buchinger
- Soit par virement bancaire (IBAN Monabanq page 5)
- Soit par chèque à l'ordre de **Nancy Labrot**

Et m'engage à régler le solde du séjour dès mon arrivée.

En cas de désistement à moins de 30 jours du début du séjour, mes arrhes seront perdues. Toute annulation à plus de 30 jours du séjour entraîne une retenue de 90€ pour frais de dossier. En cas de départ anticipé quelle que soit la cause, la totalité du séjour est due.

Pour toute annulation de notre fait liée aux mesures gouvernementales Covid vos arrhes seront entièrement remboursés.

4 - MON ARRIVEE

Mon séjour commence un samedi à 17h et se termine un vendredi à 13h30.

- Je viens et je repars de la maison d'hôtes par mes propres moyens
- J'arrive à la gare routière de St Maximin et souhaite y être pris en charge

5 - QUELQUES INFORMATIONS ME CONCERNANT

Taille : Poids :

- Avez-vous déjà jeûné? Non
 Oui, combien de fois et combien de jours?
 Seul(e)
 Accompagné(e)

Avez-vous déjà fait des monodiètes? Oui Très régulièrement Jamais

Quelle monodiète préférez-vous?

Avez-vous des allergies alimentaires et si oui lesquelles?

Avez-vous des aliments que vous détestez et si oui lesquels?

Quelles sont vos motivations à suivre un jeûne Buchinger chez Alania Détox?
.....

Quelles sont vos appréhensions?

Pratiquez-vous une activité physique?.....

Si oui laquelle ou lesquelles?.....

Combien de fois par semaine?.....

Pouvez-vous randonner par jour :

moins de 5 km entre 5 et 10 km entre 10 et 15 km plus de 15km

Comment qualifieriez-vous votre alimentation?.....

Comment qualifieriez-vous votre sommeil?.....

6 - MES SOINS

Je coche à titre indicatif les soins souhaités sur la carte des soins en page 4 afin de planifier au mieux la semaine.

7 - SIGNATURE OBLIGATOIRE

- J'atteste, dans une démarche libre et volontaire, souhaité effectuer un séjour de jeûne Büchinger en Provence Verte avec Nancy Labrot.
J'atteste pour ce faire, être en mesure de marcher au minimum 3 heures par jour être en bonne santé et je m'engage à assurer mes responsabilité personnelles et en groupe.
- Je confirme mes déclarations étant sincères et véritables, dégage Nancy Labrot de toute responsabilité à ce sujet. Je m'engage également à avertir tout changement de situation sur la ma santé pouvant survenir avant le séjour.
- J'ai bien pris connaissance des contre-indications du jeûne sur le site alaniadetox.com
- Je m'engage à être en possession d'un test PCR négatif datant de moins de 72h le jour de mon arrivée
- Je suis sous traitement médical pour la pathologie suivante :

.....

Dans ce cas, je joins un certificat médical obligatoire attestant la possibilité du jeûne et de la marche.

Date :

Signature :

Mention manuscrite « LU et APOUVE »

Merci d'envoyer le bulletin d'inscription complété et signé :

- soit par voie postale avec le chèque d'arrhes à l'ordre de Nancy Labrot à l'adresse suivante : Les Hauts de Resty 871 Impasse Bellevue 83470 St Maximin
- soit par mail : contact@alaniadetox.com (pour l'option virement ou carte bancaire des arrhes sur le compte Monabanq)

Carte des Soins Alania Détox

60€ le soin d'une heure

A titre indicatif merci de cocher les soins souhaités

Massages :

- Chi Nei Tsang : massage du ventre, libère l'énergie vitale bloquée ainsi que les émotions.
- Visage : massage japonais repulpant, revitalisant et drainant
- Sonore aux bols tibétains : massage manuel accompagné des vibrations des bols tibétains sur différentes zones du corps. États de relaxation très profonds.
- Bien-être : massage occidental pour dénouer les tensions musculaires.
- Ayurvédique : soin d'origine indienne pour réharmoniser le corps et l'esprit.
- Minceur (soin réservé aux femmes) : massage tonique localisé sur les zones de stockage des graisses. Désengorge les cellules graisseuses et les toxines.
- Lomi-Lomi : massage original à l'huile de coco, danse d'un avant-bras sur l'autre.
- Réflexologie Plantaire** : discipline millénaire chinoise. Remise en circulation et élimination des toxines contenues dans les liquides et les émonctoires par des pression sur les zones réflexes correspondantes. Libération des blocages et rééquilibrage d'un flux harmonieux.
- Shiatsu** : pratique au sol, habillé, basée sur des appuis le long des méridiens avec les paumes et les pouces ainsi que des étirements.

RELEVÉ D'IDENTITÉ BANCAIRE

Identifiant national de compte bancaire - RIB

Banque	Guichet	N° compte	Clé	Devise
14690	00001	58000171754	41	EUR

Domiciliation
MONABANQ

Identifiant international de compte bancaire

IBAN (International Bank Account Number)					
FR76	1469	0000	0158	0001	7175 441

BIC (Bank Identifier Code)
CMCIFRP1MON

Domiciliation
MONABANQ
59078 LILLE CEDEX 9

Titulaire du compte (Account Owner)
MME NANCY LABROT
LES HAUTS DE RESTY
871 IMPASSE BELLEVUE
83470 ST MAXIMIN LA STE BAUME

Remettez ce relevé à tout autre organisme ayant besoin de connaître vos références bancaires pour la domiciliation de vos virements ou de prélèvements à votre compte. Vous éviterez ainsi des erreurs ou des retards d'exécution.

PARTIE RESERVEE AU DESTINATAIRE DU RELEVÉ