



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

Formulaire d'inscription *Une semaine pour moi*

Tarifs 2024

1 - MES COORDONNEES

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

.....

Email :

Tél. portable :

2 - MON STAGE & MON HEBERGEMENT

Je m'inscris au séjour de jeûne Büchinger du 26 octobre au 1er novembre 2024.

Je choisis :

L'accompagnement :

- Jeûne : 480 €
- Monodiète ou cure de jus : 560 €

L'hébergement (pour 6 nuits) :

- Chambre lit double seule ou couple salle d'eau privative : 570 €
- Chambre 2 lits en 90 cm avec salle d'eau à partager : 390 €
- Mezzanine ou dortoir de 4 lits avec salle de bain partagée : 270 €

Ces tarifs incluent la piscine chauffée et le sauna, les boissons (eau, jus, bouillons, tisanes...), le bol d'air Jacquier, les balades, les ateliers, les soirées, les activités proposées et l'accompagnement.
Seuls les soins de l'après-midi restent à votre charge (60€ pour une heure).
Les draps, serviettes de toilettes et de bain et la taxe de séjour sont compris.
Nos amis les animaux ne sont pas admis.

3 - MON REGLEMENT

Je joins le règlement de l'hébergement à ce formulaire d'inscription :

- Soit par virement bancaire (IBAN Mr ou Mme Jacques Landrieau page 5)
- Soit par chèque à l'ordre de **Mr ou Mme Jacques Landrieau**

Et m'engage à régler la partie « accompagnement » (480€ ou 560 €) dès mon arrivée :

- Soit par virement bancaire (IBAN Monabanq Nancy Labrot page 5)
- Soit par chèque à l'ordre de **Nancy Labrot**
- Soit en espèces

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 100€ pour frais de dossier. En cas de départ anticipé quelle que soit la cause, la totalité du séjour est due.

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 Brignoles 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 & MASSAGES (optionnel)

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 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 APPOUVE »

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

- soit par voie postale avec le chèque de l'hébergement à l'ordre de à l'adresse suivante : Nancy Labrot - Les Hauts de Resty 871 Impasse Bellevue 83470 St Maximin
- soit par mail : contact@alaniadetox.com (pour l'option virement sur le compte Mr ou Mme Landrieau du Domaine de l'Olivier)


Carte des soins & massages Alania Détox (optionnel)

60€ le soin d'une heure

A titre indicatif merci de cocher les soins souhaités

- Access bar avec Jacques : soin énergétique autour de 32 zones et points situés sur les zones crâniennes qui vise à relâcher les tensions.
- Shiatsu avec Jacques : soulager des tensions musculaires et du stress par des étirements et des pressions adaptées sur l'ensemble du corps et des méridiens (médecine traditionnelle chinoise).
- Diagnostic, conseils et soin visage avec Sophie : diagnostic peau, mini-soin, scan cutané et conseils personnalisés (santé et beauté). Repartez avec une routine de soin personnalisée en lien avec vos attentes tout en expérimentant un mini soin du visage. Une mesure avec un scanner biophotonique par simple scan cutané vous donnera un aperçu de votre santé globale. Interprétation des résultats et conseils associés.
- Réflexologie plantaire avec Nancy : remise en circulation et élimination des toxines contenues dans les liquides et les émonctoires par des pression sur les zones réflexes correspondantes.
- Massage ayurvédique avec Bernadette : soin d'origine indienne pour réharmoniser le corps et l'esprit.
- Massage balinaise avec Audrey : massage énergétique, drainant et détoxiquant s'inspirant de la médecine chinoise.
- Massage bien-être avec Audrey : massage occidental pour dénouer les tensions musculaires.
- Massage Chi Nei Tsang avec Bernadette ou Audrey : massage du ventre, libère l'énergie vitale bloquée ainsi que les émotions.
- Massage cranio-facial avec Aurélie : massage du crâne, du visage et des cervicales pour dénouer les tensions et trouver un apaisement général.
- Massage Kobido avec Audrey : massage visage japonais repulpant, revitalisant et drainant.
- Massage Lomi-Lomi avec Audrey : massage original à l'huile végétale bio, danse d'un avant-bras sur l'autre.
- Massage minceur (soin réservé aux femmes) avec Aurélie : massage tonique localisé sur les zones de stockage des graisses. Désengorge les cellules graisseuses et les toxines.
- Massage sonore aux bols tibétains avec Bernadette : massage manuel accompagné des vibrations des bols tibétains sur différentes zones du corps. États de relaxation très profonds.

RIB Mr ou Mme Landrieau pour le virement de l'hébergement :

Banque	Guichet	N° Compte	Clé	
30066	10848	00020438901	18	

IBAN

FR76 3006 6108 4800 0204 3890 118

BIC

CMCIFRPP

Devise

EUR

Titulaire du compte

M OU MME JACQUES LANDRIEU


664 ROUTE DEPARTEMENTALE
35 ROUTE DE BRAS
83170 BRIGNOLES

Domiciliation

CREDIT INDUSTRIEL ET COMMERCIAL

CIC POISSY
31 RUE DU GENERAL DE GAULLE
78300 POISSY
Tél : 01 30 06 39 30

RIB Nancy Labrot pour le virement de l'accompagnement :

							
RELEVÉ D'IDENTITÉ BANCAIRE							
Identifiant national de compte bancaire - RIB							
Banque 14690	Guichet 00001	N° compte 58000171754	Clé 41	Devise EUR	Domiciliation MONABANQ		
Identifiant international de compte bancaire		IBAN (International Bank Account Number)		BIC (Bank Identifier Code)			
FR76	1469	0000	0158	0001	7175	441	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			