

Bulletin d'inscription :

Je souhaite participer au stage du Samedi(arrivée à 18h) au
Vendredi(14h après le repas de reprise alimentaire)

NOM : Prénom :

Date de naissance :Taille Poids.....

Profession : (précisez votre ancienne profession si retraité)

Adresse :

..

Code postal : Ville :

Téléphone :

Adresse mail :

Personne à prévenir en cas d'urgence

(Numéro).....

Pratiquez-vous un sport ? si oui lequel ?Combien d'heures par semaine,
Pratiquez-vous la marche ?..... Si oui combien d'heures dans la semaine ?

Est-ce mon premier jeûne ? Oui / non

Etes-vous capable de marcher durant 3 heures ?

Xx Je suis sous traitement médical pour la pathologie suivante (non contre-indiquée par la
FFJR) :

Dans ce cas, merci de fournir obligatoirement !! un certificat médical attestant la
possibilité du jeûne et de la marche.

Fait à, le .../.../..... Signature

Renvoyez ce bulletin + chèque d'acompte (400 euros) à l'adresse suivante :

Isabelle Rivière
148 allée du fronton
40300 ORIST

Suite du bulletin, à imprimer et à remettre le jour de l'arrivée avec le solde du séjour :

J'atteste, dans une démarche libre et volontaire, souhaité, effectuer un stage « Jeûne et Randonnées »

Avec Mme Riviere Isabelle, Encadrante FFJR.

**Stage se déroulant : du samedi / / / 202 , 18h au Vendredi / / / 202 , a 14h,
Au lieu-dit : Montastruc situé sur la commune de Camarade 09290.**

--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 responsabilités personnelles et en groupe.

--Je confirme mes déclarations étant sincères et véritables et dégage Mme Riviere Isabelle de toutes responsabilités à ce sujet.

--J'ai bien pris connaissances des contre-indications au jeûne sur le site « Restez-Jeûne », contre-indications validées par la FFJR, et je m'engage également à avertir tout changement de situation sur ma santé, pouvant survenir avant ce séjour.

--J'atteste régler ce jour : / / / 202 /, le solde du séjour d'un montant de : euros.

(Mention manuscrite lu et approuvé)

Nom

Prénom

signature