



Calendrier 2018 :

MARS 23-24-25	AVRIL 6-7-8	MAI 25-26-27
JUIN 8-9-10	SEPT. 28-29-30	OCT. 12-13-14

Lydie (naturopathe) et Pascal (professeur de yoga) vous proposent de partager **3 jours de pause** pour vous **purifier** et vous **ressourcer**. Dans la joie et la bienveillance vous pourrez ressentir les nombreux bienfaits du jeûne, **méthode globale qui agit sur tous les plans de votre être** :

MISE EN REPOS DU SYSTÈME DIGESTIF

ÉLIMINATION DES TOXINES

STIMULATION DES FORCES D'AUTO GUÉRISON

DIMINUTION DES DÉPENDANCES

PERTE DE POIDS

RÉDUCTION DU STRESS

COMMUNION AVEC VOTRE NATURE PROFONDE

Au programme :

RANDONNÉE

MÉDITATION

YOGA

NATUROPATHIE

RELAXATION
SONORE

RÉFLEXOLOGIE
PLANTAIRE

BULLETIN D'INSCRIPTION

Stage du mois de:

Nom:

Prénom:

Adresse:

Date de naissance:

Téléphone:

Email:

Avez-vous déjà pratiqué le jeûne?

Avez-vous un problème de santé ?

Suivez-vous un traitement médical?

Si oui lequel?

*Coût pour 3 jours de stage toutes prestations comprises hors hébergement : **200€**

*Coût des 2 nuits en chambre individuelle avec sanitaires: **60€20**, à payer directement à l'Abbaye pendant le stage.

Désistement: Pour toute annulation plus de 21 jours avant le début du stage ou en cas de raisons médicales, le chèque d'acompte pourra vous être restitué ou restera valable pendant un an sur un autre séjour de jeûne. Pour toute annulation à moins de 21 jours avant le début du stage, l'acompte sera encaissé.

Annulation du stage: En dessous de 6 personnes inscrites au stage, nous nous réservons le droit d'annuler le stage 10 jours avant son début programmé. D'autres dates vous seront proposées. Si celles-ci ne conviennent pas, l'acompte sera remboursé.

Contre-indications: grossesse, allaitement, graves troubles du comportement alimentaire de type anorexie ou boulimie, force vitale insuffisante, amaigrissement extrême. Pour toutes questions n'hésitez pas à contacter Lydie au 06 78 73 78 93.

Je déclare avoir pris connaissance des contre-indications, être en mesure de marcher au moins 4h par jour et prendre l'entière responsabilités de mes activités individuelles et collectives.

Date et signature:

Merci de contacter Lydie avant d'envoyer votre bulletin d'inscription.

La réservation ne sera effective qu'à réception de ce bulletin d'inscription ET du règlement de 100€ d'acompte (encaissé à la fin du stage) à l'ordre de

Lydie Brégeot-Robert

68 Boulevard de Rochebonne

35400 Saint-Malo

RENSEIGNEMENTS: www.lydie-bregeot.com

Lydie: 06 78 73 78 93

Pascal: 06 10 20 47 30