

Fiche d'inscription

**Retraite chamanique du 10 au 12 mars 2023**

Nom,Prénom.....

Adresse.....

Email.....

Téléphone.....

Avez-vous des problèmes de santé ? Si oui lesquels ? (ces données restent confidentielles ; elles seront utiles pour adapter au mieux le séjour)

.....  
.....

Avez-vous des allergies alimentaires ou un régime alimentaire particulier ?

.....  
.....

**Infos pratiques :**

Arrivée vendredi 10 mars 2023 à 9h30. Départ dimanche 12 mars à partir de 15h.

**Lieu de la retraite**

Chez Ariane Demonbrison  
Lieu-dit Les Mairins Berdris  
61400 La Chapelle Montligeon

**Tarif**

**420€ par personne.**

Sont inclus :

- 2 nuits en pension complète avec draps et ménage.
- les frais pédagogiques

Ne sont pas inclus :

- les frais de transport
- de quoi grignoter si besoin pendant la journée et la balade en forêt

**Pour réserver votre place**

Renvoyer cette fiche complétée et signée accompagné d'un chèque de 100€ à l'ordre d'Elisa Degrave à l'adresse suivante : Elisa Degrave, 2 rue Laponneraye, 37000 Tours.

Le chèque d'acompte vous sera rendu sur place et **la totalité du séjour, soit 420€ sera à régler en espèces.**

En cas d'annulation de votre part à moins de 1 semaine du séjour, nous conserverons l'acompte, sauf si vous trouvez quelqu'un pour vous remplacer.

### **Comment venir**

Nous sommes accueillis **chez Ariane Architectures** à la Chapelle Montligeon.

En voiture depuis Paris via la N12 ou l'A10 et A11

Possibilité de covoiturer entre stagiaires.

### **Liste de matériel**

Un tapis de yoga, un petit coussin et un plaid pour les méditations et pratiques au sol.

Des vêtements confortables et chauds pour l'intérieur et l'extérieur, un k-way ou autre veste bien imperméable, deux paires de chaussures dont une étanche type bottes de pluie pour les temps en forêt qui peuvent être humides selon à la météo.

Un petit sac à dos pour emmener de quoi boire et grignoter en forêt. Un sac plastique ou autre support pour s'asseoir en extérieur et rester sec. Une gourde ou un thermos.

Une lampe torche ou frontale.

Une paire de tongs pour l'entrée et la sortie de la Hutte, une tenue adaptée à la Hutte : maillot de bain et paréo ou longue tunique en coton.

Deux serviettes de toilette, une pour la Hutte et une autre pour la douche.

De quoi prendre des notes.

A réception de votre inscription, vous recevrez un mail de confirmation.

Nous organiserons **une séance en visio une semaine avant le début du stage jeudi 2 mars 2023 à 19h00 pour vous préparer au mieux et répondre à vos questions.**

**Durant le stage nous vous demanderons de ne porter ni bijoux ni maquillage pour rester au plus près de votre vraie Nature.**

« Je m'engage à respecter la confidentialité de tous les partages pendant ce week-end , à observer les règles de bienséance relationnelles et le lieu d'accueil. J'ai conscience de ma responsabilité dans la prise en charge de mon processus d'évolution. Je m'engage à respecter toutes les règles sanitaires et à prendre mes responsabilités. Je suis en condition physique et mentale pour suivre cette retraite »

Date et signature précédées de la mention « lu et approuvé »