



BULLETIN D'INSCRIPTION 2026  
Stage de 5 jours  
« Cuisine santé, yoga et art-thérapie »

Proposé et accompagné par Marine et Cécile

*Merci de nous contacter Marine au 0688731745, ou de Lara au 0620489258, pour valider la disponibilité de l'hébergement avant de nous envoyer le bulletin d'inscription.*

VOS COORDONNÉES :

Madame, Monsieur - Nom : ..... Prénom : .....

Age : ..... Poids : ..... Taille : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Courriel : ..... Tel portable : .....

Nom et numéro de téléphone portable de la personne à contacter en cas de problème :

.....

Comment nous avez-vous connu ? .....

.....

Qu'attendez-vous de ce stage? .....

.....

.....

TARIFS, INSCRIPTION et MODES de PAIEMENTS du stage :

**TARIFS des 5 jours de stage** (logement 4 nuits compris) : **690€**

Les prestations incluses dans ces tarifs :

- **L'hébergement en chambre individuelle (draps fournis) avec salle de bain et toilettes personnelles**
- Suivi du groupe durant tout le stage par 2 accompagnatrices, pour un groupe de 7 personnes maximum
- Des ateliers quotidiens de cuisine (et nutrition !) + les repas du midi, les tisanes, les bouillons du soir
- Accompagnement de randonnées quotidiennes de 2h, avec transport sur les lieux de randonnées
- Des séances de yoga doux avec un professeur de yoga certifié
- Un accès au spa et sauna de L'Ecole Buissonnière (2h/jour)
- Des ateliers quotidien d'art-thérapie avec Cécile
- Plein de recettes de cuisine santé !
- prêt de livres et revues ciblés santé, jeûne, bien-être, durant le séjour...
- Des conseils personnalisés pour créer vos nouvelles habitudes alimentaires post-séjour

**Pour confirmer votre inscription, merci d'envoyer votre Bulletin d'inscription ci-contre, accompagné de l'acompte de 292€ correspondant à l'hébergement à L'Ecole Buissonnière, par chèque à : L'Ecole Buissonnière, 8 rue du Pélican, 85300 Sallertaine.**

**Si règlement par virement, merci d'envoyer votre Bulletin d'inscription par mail à : [contact@lesjeunesdemarla.fr](mailto:contact@lesjeunesdemarla.fr)**

**Virement à l'ordre de la SC NOELLI : IBAN SC Noelli => FR76 3004 7141 7300 0211 4760 186**

**Pour le règlement du solde : merci d'effectuer 2 règlements différents de 199€, correspondants au paiement de l'accompagnement du stage par Marine et Cécile :**

- Un chèque à l'ordre de **Marine Coulais (MarZen)** et un autre à l'ordre de **Cécile Chevallier**

**Si vous souhaitez régler par virements les 3 paiements, ci-dessous les deux autres IBAN :**

- IBAN de Marine Coulais (MarZen) : FR76 1551 9390 5500 0209 5550 120 - CMCIFR2A

- IBAN de Cécile Chevallier : FR76 1820 6004 8465 0843 8982 475 - AGRIFRPP882

*Afin d'éviter les remboursements, nous vous donnerons la confirmation du stage, 15 jours avant. Vous pourrez alors effectuer les 2 derniers virements, correspondants au solde.*

## **L'HÉBERGEMENT :**

Vous serez hébergé à L'Ecole Buissonnière, au 8 rue du Pélican dans le village de SALLERTAINE. Chaque participant dispose d'une chambre individuelle avec salle d'eau-toilettes.

Vous disposez sur le lieu, d'un espace SPA avec jacuzzi et sauna.

Penser à amener votre linge de toilette, non fourni, maillot de bain, serviette et claquette pour le SPA. Les draps de lit sont fournis.

## **CONDITIONS D'ACCES :**

À 1h de Nantes en voiture ou en train (TER direction : Challans), à 30 minutes de La-Rochesur-Yon, à 4h en voiture de Paris, ou 3h en train (TGV Paris-Nantes 2h, puis TER Nantes-Challans 1h). **MERCI de vous garer sur le grand parking de Sallertaine, en direction de St Urbain (plan ci-dessous).** Vous pouvez déposer vos affaires à L'Ecole Buissonnière avant d'aller vous garer 😊

J'arrive : en voiture  en train jusqu'à Challans, merci de venir me chercher à la gare



## DÉSISTEMENT / REMBOURSEMENT :

Passé J - 3 semaines, l'acompte encaissé ne fera l'objet d'aucun remboursement, sauf cas de santé justifié par un certificat médical. Le montant encaissé reste déductible pendant 1 an sur un séjour de votre choix.

En cas de désistement à moins de 7 jours, le montant du stage est dû, aucun remboursement ne sera effectué, excepté pour des raisons de santé, justifiées par un certificat médical.

## ANNULATION DU STAGE :

En dessous de 6 personnes inscrites, l'organisateur se réserve le droit d'annuler le stage.

Cette annulation ne peut pas avoir lieu à moins de 15 jours avant son début programmé.

D'autres dates seront proposées. Si celles-ci ne conviennent pas, l'acompte sera alors immédiatement remboursé.

**Ce formulaire est à retourner accompagné de vos règlements si paiement par chèque à :**

L'Ecole Buissonnière, à l'attention des "Jeûnes de MarLa", 8 rue du pélican, 85300 SALLERTAINÉ

**Ou à envoyer par mail, si paiement par virements, à : [contact@lesjeunesdemarla.fr](mailto:contact@lesjeunesdemarla.fr)**



**"Les Jeûnes de MarLa"**  
**Membre de la Fédération**  
**Francophone de**  
**Jeûne et Randonnée**

A .....

Le .....

**Signature avec la mention « Lu et approuvé »**