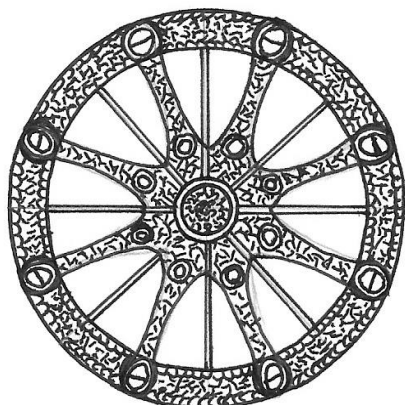


STAGE INTENSIF DE YOGA

Avec Pierre GARIEL

ETE 2018



Pierre Gariel
76 chemin de Tournaloup
39570 L'ETOILE
03 84 47 55 43
06 85 18 16 38
pierre.gariel@wanadoo.fr

Du 23 au 28 Juillet 2018

Aux Cernois en face des chaînes montagneuses de la Suisse et dominant le lac de l'Abbaye dans un site exceptionnel de beauté et d'isolement, tout à fait propice au ressourcement et à la méditation.

Les CERNOIS - BP 24 - 39150 GRANDE RIVIERE - Tél. 03 84 60 18 67 -

ACCUEIL : Le Dimanche 22 juillet 2018 au soir pour le repas (vers 20 h.)

FIN de STAGE : Le samedi 28 juillet après le repas de midi (vers 14 h.)

Vous pouvez vous inscrire soit en envoyant le bulletin ci-dessous à Pierre GARIEL avec le règlement, Soit par mail et virement bancaire (voir en fin de document)

BULLETIN D'INSCRIPTION

- Stage de yoga avec Pierre GARIEL du 23 au 28 juillet 2018 -

NOM :.....PRENOM :.....

ADRESSE :.....

.....

TEL. :.....Adresse électronique.....

Je désire être inscrit au stage et verse un acompte de 250 € (chèque à l'ordre de Pierre GARIEL ou virement).

Je réglerai le solde 342 €) lors du stage. (Ne rien verser immédiatement pour les accompagnants et enfants).

J'ai pris connaissance des règles de désistement.

Le :

Signature :

HEBERGEMENT : en chambre de 2 à 4 lits. Il y a aussi un dortoir de 10 lits. Chaque chambre possède sa douche. Les draps, couvertures et serviettes de toilette sont fournis. Cependant une grande serviette de toilette peut être prévue car plus pratique.

NOURRITURE : végétarienne et équilibrée.

FAMILLE : Une garderie d'enfants est prévue (supplément à régler) ainsi que des activités pour adolescents et adultes (comprises dans le prix d'hébergement).

Prix du séjour pour les enfants (moins de 8 ans) : 307 €

Prix du séjour pour adolescents plus de 8 ans) et adultes accompagnants : 342 €

ACTIVITES ANNEXES : Tennis, tir à l'arc, V.T.T., escalade, promenades accompagnées par un guide spécialisé pour l'étude de la flore et de la faune.

TRAJET : Après votre inscription, vous recevrez un accusé de réception. Si vous désirez connaître les coordonnées de personnes de votre région pour un éventuel covoiturage, veuillez nous le faire savoir.

PRIX : 592 € Tout compris : stage (250 €), hébergement, nourriture et activités (342 €).

PROGRAMME : La pratique du yoga prendra 5h.par jour (7h30 -10h. et 16h30 -19h.).

La dernière matinée se déroulera en 2 séances (2h.30 et 1 h.) avec une interruption d'1h.1/2 entre elles.

Il est prévu une journée d'excursion au milieu du stage avec un guide (Ce jour-là, la pratique du Yoga sera écourtée selon les horaires de l'excursion). Apportez des chaussures de marche.

EN CAS DE DESISTEMENT :

-Avant le 1^{er} Juin l'acompte sera remboursé intégralement.

-Entre le 1^{er} juin et le 1^{er} Juillet, il en sera retenu la moitié, soit 125 €

-Après le 1^{er} Juillet, les $\frac{3}{4}$ seront retenus, soit 187,50 €.

Le stage est prévu pour 16 participants au maximum. Les inscriptions seront acceptées dans l'ordre chronologique de réception de l'inscription et de l'acompte.

Inscription par mail : Indiquez vos noms prénoms et coordonnées.
Règlement de votre acompte par virement bancaire.

Crédit Agricole Franche-Comté

RELEVÉ D'IDENTITÉ BANCAIRE
PARTIE RÉSERVÉE AU DESTINATAIRE DU RELEVÉ

Ce relevé est destiné à être remis, sur leur demande, à vos créanciers ou débiteurs, français ou étrangers, appelés à faire inscrire des opérations (virements, paiements de quittances, etc...).

Code Banque	Code guichet	Numéro de Compte	Clé RIB			
12506	39000	50377410010	37			
Domiciliation : LONS LAFAYETTE						
IBAN (International Bank Account Number)						
FR76	1250	6390	0050	3774	1001	037
BIC (Bank Identifier Code) : AGRIFRPP825						

MR GARIEL PIERRE

TITULAIRE
DU COMPTE
ACCOUNT OWNER 76 CHEMIN DE TOURNALOUP
39570 L ETOILE

Attention : Pour les personnes de nationalité Suisse, les banques Française et suisse prélèvent des frais de virement très élevés. Il faut prévoir 20 € supplémentaires lors du virement de l'acompte.

Pour votre voyage _

Lieu : Les CERNOIS – BP 24 – 39150 GRANDE RIVIERE – tél 03 84 60 18 67.

Accès ☒ Par le train

La gare d'arrivée est **Saint-Laurent-en-Grandvaux** (également appelée Saint-Laurent-en-jura par la S.N.C.F.).

A partir de Paris : prendre le TGV jusqu'à Dôle ou Mouchard, puis l'autorail jusqu'à Saint Laurent.

A partir de Bruxelles, prendre le Thalys jusqu'à Paris gare du nord, prendre le RER ligne D jusqu'à la gare de Lyon où vous retrouverez un TGV pour Dôle ou Mouchard.

Venant du sud : prendre le TGV jusqu'à Mouchard, puis l'autorail jusqu'à Saint Laurent.

Veillez avertir de votre horaire d'arrivée à la gare de Saint-Laurent que l'on puisse aller vous chercher en voiture. Il restera 8 Kms. à parcourir.

☒ Par la route

Il faut atteindre Saint-Laurent-en-Grandvaux. Sur la N 78 entre Lons-le-Saunier et Saint-Laurent, tournez (juste avant ST Laurent) à droite sur la D 437 en direction de Château-des-Prés et Saint Claude, jusqu'à l'Abbaye où vous longerez le lac qui sera sur votre droite. Traversez l'abbaye jusqu'au lieu-dit « Sur le Moulin » (commune de Grande rivière). Vous tournerez à gauche dans un chemin forestier sur 3 kms. Jusqu'aux CERNOIS, tout-en-haut, seule habitation à cet endroit.

