



INSCRIPTION VOYAGE EN YOGA

du 21 au 25 Octobre 2026 Fara Sabina Italie

Merci de prendre le temps de remplir ce formulaire et de le renvoyer par mail ou de le remettre à Manon ou Séverine

Nom / Prénom

Date de Naissance

Adresse

.....

Téléphone

Mail

Statut ☐ Adhérent FSBE ☐ Adhérent Manasarovar ☐ Non adhérent

YOGA : Votre expérience

.....

Contre-indications au Yoga :

.....

RANDONNEE : Votre expérience

.....

Contre-indications à la randonnée :

.....

Avez vous des Intolérances alimentaires, allergies, régime spécial ... ? Précisez

.....

Désirez vous une facture ? ☐ Oui ☐ Non (envoyée par mail après le séjour)

Plus d'informations

Association Manasarovar - Séverine Dalloz 06 51 74 40 71 manasarovar.asso@gmail.com

Association YOGA FSBE - Manon Lemaire 06 87 69 93 43 manon.lmr@gmail.com et Valentina Giuzzi

32 90 57 23 81 valentina.giuzzi@gmail.com pour les italiens



Règlement

- Acompte de 50€ non remboursable par chèque à envoyer à Séverine Dalloz, 3 av Siebel, 13012 Marseille, avec ce formulaire
- Le reste du voyage sera payé sur place :
 - 270 € en espèces le solde concernant l'hébergement, la pension complète et la salle au Monastère
 - 165 € pour le yoga en espèces
 - + 15€ si vous souhaitez réserver un tapis sur place O oui 0 non
 - + 10€ pour les non adhérentsTotal : €

Détails du Séjour & Tarifs

Accueil mercredi 21 à 18h30 - Fin du séjour : dimanche à 14h

Ce tarif comprend :

- **Hébergement** : 4 nuits en chambre partagée (2 à 3 personnes). Le linge de lit et les serviettes de toilette sont inclus
- **Restauration** : Pension complète du dîner du mercredi soir au déjeuner du dimanche midi inclus (soit 4 petits-déjeuners, 4 déjeuners et 4 dîners)
- **Pratique & Enseignement** :
 - Accès à la salle de pratique dédiée
 - Minimum 3h30 de cours quotidiens (Yoga, Méditation, Yoga Nidra, Qi Gong)
- **Accompagnement** : Encadrement des balades

Ce tarif ne comprend pas :

- **Transport** : Votre trajet jusqu'au Monastère.
Une mise en relation pour une location de voiture et co-voiturage depuis l'aéroport de Rome pourra être proposée quelques semaines avant le départ
- **Assurances** : L'assurance annulation, assistance et rapatriement (obligatoire ou fortement conseillée).
Conseil : Vérifiez les garanties de votre carte bancaire si vous réglez votre transport avec celle-ci.
- **Extras** : Les dépenses personnelles et les éventuelles boissons en dehors des repas.

Date :

Signature :