FICHE D'INSCRIPTION – STAGE 4 PORTES 2025

📅 Dates : Du 21 au 25 juillet 2025

📍 Lieu : Domaine de Lembrun, Temple-sur-Lot

💰 Tarif : 300 € pour le stage complet / 70 € la journée (hébergement et repas non inclus)

Un acompte est demandé, de 60€ pour le stage complet et de 15/jour pour les formules « à la journée ».

Règlement de l'acompte possible par chèque, virement (RIB et adresse en PJ) ou via Helloasso

1.INFORMATIONS PERSONNELLES

Nom et prénom : _____ - Date de naissance :____/____/_____

Adresse : _____

Téléphone :___-___-___-___-___ - E-mail : _____

Expérience en arts martiaux (optionnel):_____

2. MODALITÉS DE PARTICIPATION

☐ Je m'inscris pour le stage complet (21 au 25 juillet)
☐ Je m'inscris pour les journées suivantes : _____ (préciser les dates)

3. INFORMATIONS PRATIQUES

• Accueil & Horaires :

• Arrivée le dimanche 20 juillet dans l'après-midi, accueil à 17h30.

- Cours pré-matinal : 7h à 8h
- Cours matinal : 9h15 à 12h15
- Cours post-prandial : 15h à 18h
- Cours vespéral : 20h30 à 21h30

• Équipement recommandé :
• Tenue confortable adaptée à la pratique
• chaussures plates souples (ou pieds nus)
• Bâton type « bâton long », manche à balais... (si possible, sinon prêt sur place)
• Bandeau, foulard, bandana
• Zafu, coussin de méditation (serviette roulée à défaut)
• Carnet et stylo si vous souhaitez prendre des notes
• Gourde, serviette et maillot (pour la piscine... et les bains froids !)
• Facultatif : couteau d'entraînement en plastique ou en métal

4. HÉBERGEMENT & REPAS

Les participants doivent réserver leur hébergement et leurs repas directement auprès du Domaine de Lembrun.
L'hébergement est obligatoire sur place pour assurer le bon déroulement du stage.
📩 Contact Domaine de Lembrun : 05 53 40 50 50 - domainelembrun@gmail.com

5. ENGAGEMENT & RESPONSABILITÉ

☐ Je certifie avoir pris connaissance des Conditions Générales de Participation et les accepter.
☐ J'atteste être en bonne santé pour participer au stage et avoir consulté un médecin si nécessaire.
☐ J'autorise / n'autorise pas l'organisateur à utiliser des photos ou vidéos prises durant le stage à des fins de communication.
(rayer la mention inutile)

📍 Signature du participant : _____ 📅 Date : __ / __ / 2025

Merci de retourner la présente fiche datée et signée par mail à tristan.brill@gmail.com