



#### BULLETIN D'INSCRIPTION

A envoyer à Françoise MONNE, Espace Ma nature en mains  
Bureau—23 rue du 8/05/1945 38470 Vinay

### STAGE INITIATIQUE SE PRENDRE EN MAINS ET PRENDRE SOIN DE SOI PAR LES TECHNIQUES NATURELLES

Prénom: \_\_\_\_\_ Noms \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Tél. \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Je m'inscris auprès de Françoise MONNE - 06 59 06 63 61 -  
francoise.monne@orange.fr. Site- www.manatureenmains.fr  
pour le stage du \_\_\_\_\_ au \_\_\_\_\_ 2009, au tarif de ...

Avec hébergement en chambre d'hôtes, à la maison aux bambous ( affilié  
aux « gites de France 3 épis »)   
ou Sans hébergement

Pour les repas et l'hébergement merci de prendre directement contact avec  
Christelle Cornu Emieu de la maison aux bambous—06 78 21 47 86  
www.lamaisonauxbambous.com

Est-ce votre premier stage?

Objectifs de votre stage ?

Arrivée par le train prendre Valence TGV— gare grenoble et valence Navette  
bus jusqu'à Vinay cet été .

Je joins un chèque 25% du montant en arrhes à l'ordre de Françoise  
MONNE pour le stage

Je joins un chèque 25% prix séjours à l'ordre de la maison aux bambous.

Date et signature

**En cas de désistement à moins de 21 jours du début du stage,  
les acomptes sont encaissés.**

**Tout stage commencé est dû dans sa totalité**



#### BULLETIN D'INSCRIPTION

A envoyer à Françoise MONNE, Espace Ma nature en mains  
Bureau—23 rue du 8/05/1945 38470 Vinay

### STAGE INITIATIQUE SE PRENDRE EN MAINS ET PRENDRE SOIN DE SOI PAR LES TECHNIQUES NATURELLES

#### JUILLET

Du lundi 20 au 21 Juillet 2009

#### AOÛT

Du mardi 25 au vendredi 28 Août 2009

Autres possibilités de date de stage à la carte si inscription groupée  
minimum 6 personnes

Calendrier sujet à modification,  
merci de nous contacter avant toute inscription

Places limitées à 8 /10 personnes maxi

**Se découvrir et prendre soin de soi :**

#### Nos objectifs

Vous proposer pendant les vacances d'été quelques jours de ressourcement, de découverte des techniques naturelles favorisant une hygiène de vie harmonieuse,

Et vous inviter au bien être, à la détente, au partage et à un véritable renouveau de « votre nature », de votre connaissance de vous même... tout cela en étant à votre écoute et en vous offrant un accueil chaleureux.

Votre stage comprend:

**1er jour** matin 9h Accueil échange collectif— 10h Théorie/pratique shiatsu— 12h\* repas- après midi—13h30 relaxation 30mm -Stage d'initiation de 4 h shiatsu— 18h- temps libre pour chacun

**2e jour** matin 9h atelier d'éveil corporel 1 h- 10h Théorie/pratique réflexologie plantaire—12h\*repas—après midi- 13h30 relaxation 30mm -Stage d'initiation de 4h de réflexologie plantaire— 18h temps libre pour chacun- forum de fin stage.

**3e jour(en option sur Août)** matin 9h atelier d'éveil corporel 1 h- 10h Théorie/pratique techniques manuelles thai— 12h repas\* -après midi- 13h30 relaxation 30mm et stage d'initiation 4 heures de techniques manuelles thai- 18h temps libre pour chacun—forum de fin stage

**4e jour (en option sur Août)** matin 9h atelier d'éveil corporel 1 h- 10h Thème la naturopathie 2 heures —12h repas\* - 13h30 Relaxation- Stage d'initiation aromathérapie 3 heures 30 -forum de fin stage -18h fin

\*Pour plus de convivialité nous vous proposons de partager un repas commun tout en échangeant sur le thème de l'alimentation saine.

#### TARIFS

**Tarif stage uniquement sur 2 jours 250 euros –  
option 120 euros par jour**

Repas du midi—à prendre sur place- Tarif hébergement repas –  
prendre directement contact avec la maison aux bambous  
au 06 78 21 47 86

**Votre contact : Françoise Monne -☎ 06 59 06 63 61  
Site- www.manatureenmains.fr- Activité en portage salarial**