

DETOX VEGETALE

BRIANCON

Stage de 2 jours complet ou 1 journée au choix
04 et 05 avril 2026

JOURNEE 1 - 8h/19h30

- Accueil des stagiaires autour d'un petit déjeuner détox
- Préparation de votre huile de massage personnalisée
- Balade sensorielle en pleine nature
- Repas spécial détox
- Massage détox de 30 min/ Ateliers
- Fin d'après-midi aux Bains thermales de Monêtier les Bains

JOURNEE 2 - 8h/16h

- Accueil des stagiaires autour d'un petit déjeuner détox
- Ateliers sur la détox et les tempéraments hippocratiques, les doshas, les groupes sanguins
- Repas spécial détox
- Conseils d'herboristerie personnalisés
- Balade sensorielle et questions

TARIFS

- 140€ (frais de stage + repas du samedi matin et midi et repas du dimanche matin et midi) à régler auprès d'Anne en espèces ou chèque
- Le règlement du massage à 65€ et l'entrée au spa la Rotonde de Monêtier les Bains à 25€ seront à régler à part

ETUGEN BIEN-ETRE

Nathalie Cara, diplômée RNCP
Praticien Spa Bien-Être est la fondatrice d'Etugen. Etugen, déesse mongole de la Terre-Mère, symbolise douceur, ancrage et puissance intérieure, et ce sont ces valeurs que porte Nathalie
<https://www.etugenbienetre.fr/>

Les contre-indications au massage :

- maladies lourdes (cardio-vasculaires non traitées, cancers, scléroses en plaques; etc.), pacemakers, femme enceinte de -3 mois, antécédents de phlébite ou thrombose (pas de drainage, accord du médecin nécessaire), diabète non traité -> de manière générale, je ne masse pas si contre-indication sauf accord écrit du médecin précisant le type de massage autorisé (pour les antécédents de thrombose, le drainant sera probablement remplacé par un détente léger)
- les précautions : varices, hyper-tension traités, diabète traité, opérations de - 3 mois, troubles musculo-squelettiques

www.anne-merry.com - 0672380118

Praticienne en herboristerie et aromachologie

FICHE D'INSCRIPTION

Briançon - 04 et 05 avril 2026

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

TELEPHONE :

EMAIL :

NOMBRE DE PERSONNES :

AVEZ VOUS DES ALLERGIES ALIMENTAIRES :

QUEL JOUR SOUHAITEZ-VOUS VOUS INSCRIRE :

TARIFS

- ☐ 140€ (les 2 jours) ou ☐ 70€ (1 journée) à régler auprès d'Anne en espèces ou chèque. Le règlement du massage 65€ et l'entrée au spa la Rotonde de Monétier les Bains 25€ seront à régler à part

40€ à régler avec votre fiche d'inscription et qui valide votre réservation (à l'ordre d'Anne MERRY à renvoyer au 41 av du Professeur Forgues/05100 BRIANCON)

Possibilité d'effectuer un virement en me contactant par mail :

my.anne@wanadoo.fr. Le reste sera à régler sur place

- ☐ Je souhaite recevoir la lettre d'actualité des ateliers et stages (4 envois/an)

ANNULATION

En cas de désistement ou d'annulation de votre part moins de 30 jours avant le début du séjour, vos arrhes ne seront pas remboursées, ceci pour des raisons de logistique avec les hébergeurs.

En cas de désistement ou d'annulation de votre part plus de 30 jours avant le début du séjour, vos arrhes seront reportés pour un autre séjour pour vous ou un tiers pour un délai d'un an maximum.

En cas de départ anticipé pendant le séjour, quelle qu'en soit la cause, la totalité du séjour est dû.

Lieu, date et signature