

# - SÉJOUR BIEN-ÊTRE EN AMAZONIE -

Du 08 au 09 février 2025

- DANS L'AMAZONIE -

Nous sommes ravies de ton intérêt pour notre séjour bien-être de deux jours qui aura lieu à Kourou dans un carbet situé route des pk, sur le fleuve !

Nous t'accompagnerons dans cette belle aventure pour t'apporter une symbiose avec tes sensations et la nature.

De ce fait, tu rencontreras le yoga, ainsi qu'une initiation danse intuitive. S'offrira à toi un massage unique, crée spécialement selon tes envies et tes besoins, pour favoriser une détente complète !

Tout cela bercé(e) par le son de la nature.

**JADE & JEANNE**



# PROGRAMME

- YOGA -
- ATELIER YOGA -
- MASSAGE BIEN-ÊTRE -
- MÉDITATION GUIDÉE-
- DANSE INTUITIVE -



## SAMEDI 08 FÉVRIER

10h00: Rendez-vous au carbet (route des PK) pour l'accueil

10h30: Pratique de yoga avec Jade

13h00: Déjeuner

14H00: Temps libre / Massage individuel avec Jeanne (45min/personne)

18h00: Danse intuitive avec Jeanne & Méditation guidée par Jade

Soirée: Dîner

## DIMANCHE 09 FÉVRIER

08H00: Atelier inversions avec Jade

10H00: Petit déjeuner

10H45: Temps libre / Massage individuel avec Jeanne (45min/personne)

12H30: Déjeuner

13H30: Temps libre / Massage individuel avec Jeanne (45min/personne)

16H00: Retour



# AU MENU

## Samedi 08 février

### - DÉJEUNER -

Rouleaux de printemps (option végétarienne)  
Laap de poulet - Spécialité laotienne (option végétarienne)  
Salade de fruits

### - DÎNER -

Taboulé aux figues séchées  
Hummus  
Caviar d'aubergines  
Moelleux au chocolat

## Dimanche 09 février

### - PETIT DÉJEUNER -

Thé et café  
Pains, brioches  
Jus  
Fruits

### - DÉJEUNER -

Salade de lentilles et sa tarte tatin aux aubergines  
Salade de fruits

# UNE NUIT EN CARBET



Nous passerons une nuit en hamac sous le carbet.

Si tu n'as pas l'habitude, pas d'inquiétudes, voici une petite liste du "Yogi en carbet" pour bien t'équiper :

- Short, tee-shirt (en coton).
- Tenue confortable pour les pratiques de yoga.
- Tapis de yoga.
- Vêtements pour la nuit (chaussettes, sweat-shirt ou pull, pantalon).
- Maillot de bain.
- Casquette, chapeau, crème solaire, lunettes de soleil.
- Pharmacie personnelle.
- Hamac avec moustiquaire.
- Duvet ou plaid.
- Boules quies
- Tongs / chaussures d'eau.
- Répulsif à insectes.
- Serviette.
- Lingettes nettoyantes ou gant de toilette.
- Lampe de poche - lampe frontale.
- Appareil photo, jumelles si tu le souhaites.

Un parking est à proximité du carbet, pour te permettre de récupérer quelques affaires en cas d'oubli pendant le séjour !

## IMPORTANT:

Vos affaires personnelles sont sous votre responsabilité.  
Nous ne saurons être tenues responsables de leur perte ou dégradation.



# CONFIRMES-NOUS TON INSCRIPTION

**PRIX : 230€ par personne**

Pour valider ton inscription et confirmer ta volonté de vivre avec nous cette expérience en Amazonie, merci de nous retourner les documents annexes remplis à cette adresse : [jadetdf@gmail.com](mailto:jadetdf@gmail.com).

Il faudra également réaliser un paiement (Rib ou Lydia) au compte de :

Jade Triandafyllo  
Banque Populaire Val de France  
IBAN : FR76 1870 7001 2831 7198 0516 504  
BIC : CCBPFRPPVER

-  
Ou Paiement Lydia/Sumeria  
au 07 88 16 94 49

En cas d'annulation:

- 1): Si vous annulez avant le 29/01/2025, vous êtes remboursé(e) à 100%.
- 2): Si vous annulez après le 29/01/2025, vous êtes remboursé(e) à 50% du prix payé.
- 3): Si vous annulez après le 05/02/2025 inclus, aucun remboursement ne sera possible.

Chaque participant(e) est encouragé(e) à avoir une assurance de responsabilité civile à jour.

**AU PLAISIR DE T'Y RETROUVER !**

# FICHE D'INSCRIPTION INDIVIDUELLE

NOM :

DATE :

PRÉNOM :

DATE DE NAISSANCE :

ADRESSE POSTALE :

E-MAIL :

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE :

RÉGIME ALIMENTAIRE :

ALLERGIE(S) :

INTOLÉRENCE(S) :

OPTION MASSAGE (45min) :  OUI  NON

## - EXPÉRIENCES -

Racontes-nous ton expérience avec la pratique de la danse et du yoga (niveau, sensibilité, rapport au contact etc....) :

Également, indique nous si tu as une blessure ou quelque chose à nous signaler de particulier :



# AUTORISATION DROIT À L'IMAGE

Je soussigné(e) \_\_\_\_\_,  
demeurant \_\_\_\_\_,  
J'autorise gracieusement :

Pour l'événement suivant : WEEK-END BIEN-ÊTRE qui se tiendra du 08 au 09 février 2025 avec Jade Triandafyllo et Jeanne Jeusselin, à réaliser des prises de vues photographiques, des vidéos, des audios ou des captations numériques.

En conséquence de quoi et conformément aux dispositions relatives au droit à l'image, j'autorise Jade Triandafyllo et Jeanne Jeusselin à fixer, reproduire et communiquer au public les photographies, vidéos ou captations numériques prises dans le cadre du week-end de bien-être.

Les images pourront être exploitées et utilisées directement par Jade Triandafyllo et Jeanne Jeusselin sous toute forme et tous supports connus et inconnus à ce jour, pour un territoire illimité, sans limitation de durée, intégralement ou par extraits et notamment : presse, livre, supports d'enregistrement numérique, exposition, publicité, projection publique, concours, site internet, réseaux sociaux.

Le bénéficiaire de l'autorisation s'interdit expressément de procéder à une exploitation des photographies susceptible de porter atteinte à la vie privée ou à la réputation, et d'utiliser les photographies, vidéos ou captations numériques de la présente, dans tout support ou toute exploitation préjudiciable.

Je me reconnais être entièrement rempli de mes droits et je ne pourrai prétendre à aucune rémunération pour l'exploitation des droits visés aux présentes.

Je garantis que ni moi, ni le cas échéant la personne que je représente, n'est lié par un contrat exclusif relatif à l'utilisation de mon image ou de mon nom.

Pour tout litige né de l'interprétation ou de l'exécution des présentes, il est fait attribution expresse de juridiction aux tribunaux français.

Fait à :

Le :

Signature, précédée de la mention « Lu et Approuvé »