

Bulletin d'inscription

« Des Masques en Nous »

Du 23 au 29 Novembre 2023

DOUAR NOUJOURM - Douar Lariche - BP 1221 - 44000 Essaouira- MAROC-

Début du stage le jeudi 23 en fin de journée
Fin du stage le mercredi 29 en début d'après-midi

Nom..... Prénom.....

Date de naissance Téléphone.....

Adresse mail.....

Adresse postale

Code postal Ville

Vol d'arrivée : Lieu : Horaire : Navette : Oui / Non

Vol de départ : Lieu : Horaire : Navette : Oui / Non

Informations complémentaires (allergies alimentaires, problème d'ordre physique ou médical pouvant demander adaptation des exercices, demandes particulières, autre...)

Hébergement et repas : Merci de réserver votre hébergement directement auprès de Douar Noujoum : <https://www.ressourcement-maroc.com/hebergement/>

Tarif stage : 380 € (Hammam + transports internes au stage compris) payable sur place en Euros, par virement bancaire ou par chèque (15 jours avant) à l'ordre de Sandie Martinez.

Arrhes : 100 € par virement bancaire ou par chèque ou à l'ordre de Sandie Martinez. Il vous sera restitué le premier jour du stage et ne sera encaissé que si désistement à J-10.

MERCI de contacter l'animatrice avant toute inscription.

Téléphone : Depuis la France : **06 25 67 16 64**. Depuis l'étranger : **0033 6 25 67 16 64**

Site internet : farouchedevah.com

Bulletin à retourner par mail à farouchedevah@gmail.com ou par courrier à Sandie Martinez, Rue du docteur Martel, 04110 REILLANNE

MATERIEL à EMPORTER

Plusieurs tenues souples
1 maillot de bain + serviettes
De quoi écrire et prendre des notes.

DÉROULÉ DU STAGE

Accueil au douar dès 14h.

JOUR 0 : Repas du soir.

Début du STAGE dans la soirée selon vos horaires d'arrivées.

JOUR 1 : Pension complète

Journée complète : STAGE

JOUR 2 : Pension complète

Journée complète : STAGE + Hammam

JOUR 3 : Demi-pension ou pension complète au choix.

Matinée : STAGE.

Fin d'après-midi et soirée : Temps libre

JOUR 4 : Pension complète

Journée complète : STAGE

JOUR 5 : Demi-pension

Matinée : STAGE en bord de mer

A partir de 12h00 : Temps libre et repas du midi dans la médina (à votre charge)

Fin d'après midi : Retour au Douar : STAGE

JOUR 6 : Demi-Pension

STAGE / Repas de midi / Micro session de fin de stage / Départs.

HEBERGEMENT :

Pension complète (Petit déjeuner, 2 repas + 2collations)

Tarif pour les 6 nuits

- Dar pour 2pers ou couple : 348€/pers
- Dar solo 414€/pers
- Tentés Caïdales pour 3 ou 4pers : 360€/pers
- Tente Caïdale pour 2pers : 384€/pers
- Chambre shems sanitaires privés pour 2 pers : 408€/pers
- Chambre shems Solo : 468€/pers
- Suite pour couple 480€/pers
- Suite pour 2pers 570€/pers
- Suite Solo 720€/pers

Contactez directement Douar Noujoum ou voyez avec moi pour les réservations.

Lien RESERVATIONS: <https://www.ressourcement-maroc.com/hebergement/>

MERCI de Prévenir le CENTRE si vous arrivez avant le stage ou si vous repartez après.

RESTE à VOTRE CHARGE :

Les nuits supplémentaires hors stage.

Les frais de vols AR

Les frais de transports pour venir au centre Douar Noujoum

Les 2 repas où nous ne dinerons pas au Douar (compter entre 15 et 20 euros)

TRANSPORTS

VOL direct ESSAOUIRA :

VIA Ryan Air : Départs de BRUXELLE, MARSEILLE, LONDRES, MADRID

VOL arrivée à MARRAKECH

Départs depuis la France ; Départ de : BORDEAUX, DOLE, LIMOGES, NIMES, PARIS, MARSEILLE, PERPIGNAN, TOULOUSE, TOURS val de loire.

Voir directement sur le site de Ryan Air ou sur d'autres compagnies.

IMPORTANT : Le centre Douar Noujoum est situé à 20km de la médina d'Essaouira. Nous pouvons organiser des navettes pour :

- 1) Aéroport d'Essaouira / Douar Noujoum
- 2) Médina d'Essaouira / Douar Noujoum
- 3) Aéroport de Marrakech / Douar Noujoum.

SI VOTRE AVION ARRIVE À ESSAOUIRA

Vous pouvez passer par nos services :

NAVETTE : 1) Aéroport d'ESSAOUIRA / CENTRE Douar Noujoum : 12€/ par personne, pour les groupes à partir de 6 personnes, 35€ pour individuel. IDEMN pour RETOUR.

NAVETTE : 2) Médina d'Essaouira / centre Douar Noujoum : Compter environ 12 €/pers

Vous préférez venir par vous-même :

TAXI : Aéroport Essaouira/ médina d'Essaouira : Compter 15 €

Puis TAXI : Médina d'Essaouira /centre Douar Noujoum : Compter 15 ou 20 €

SI VOTRE AVION ARRIVE À MARRAKECH

Vous pouvez passer par nos services :

NAVETTE : 3) Aéroport de MARRAKECH / CENTRE Douar Noujoum : 24€ par personnes pour les groupes à partir de 6 personnes et 80€ pour individuel. IDEMN pour RETOUR

Vous préférez venir par vous-même :

BUS : Marrakech / Essaouira : 6 bus par jour. Durée : 3h, Tarif : environ 11 €

Départ du centre de Marrakech (vous devrez prendre un taxi, lors de votre arrivé, pour aller au centre de Marrakech (environ 20 €))

Vous serez ajouté au groupe WhatsApp des participants dès la validation de votre inscription, sauf avis contraire de votre part.

BIENVENUE !