|  |  |
| --- | --- |
| Sylvie Grolleau formatrice agréée PRH | C:\Users\Nadine\Documents\PRH\Sylvie Grolleau\sessions 2019\19 08 LFE 08 2019 Drôme\monastere-ste-croix-vue-generale-Guillaume-Fulchiron-644-300x200.jpgMaintenon, le 9 Mai 2019 |

Bonjour,

Je suis heureuse de vous faire parvenir les éléments nécessaires pour votre inscription au stage

**Lever les freins et les entraves à ma croissance**

Du dimanche 11 Août 2019 (14h) au Jeudi 15 Août 2019 (17h30)

Ancien Monastère de Sainte Croix

Le village

26150 Sainte Croix

04 75 21 22 06 / 07 86 99 63 81

<http://www.le-monastere.org/>

Ce stage fait partie de l’offre PRH-Loisirs ; vous pourrez ainsi expérimenter le matin la marche nordique, dans la très belle vallée de la Drôme, avec un accompagnateur diplômé (voyez mon message ci-joint). Il n’est cependant pas nécessaire d’avoir une condition physique particulière.

Le stage se déroule sur une durée de 4,5 J, mais est facturé pour 3J de stage (cf Tarif joint).

Par ailleurs, l’activité de marche nordique est entièrement gratuite

Il est souhaitable d’avoir fait les sessions :  Qui suis-je , un stage sur l’analyse, aimer et me laisser aimer, je choisis d'accélérer ma croissance et d’être accompagné.

Pour vous inscrire, il suffit de me retourner le bulletin d’inscription ci-joint, accompagné d’un chèque d’acompte de 50€ (à l’ordre de Sylvie Grolleau), complétés des informations pour votre hébergement.

Pour la bonne organisation du stage, si vous ne pouviez pas donner suite à votre demande, merci de me prévenir le plus rapidement possible.

Je vous invite à vous inscrire dès que possible : cela présente de nombreux avantages pour vous et pour moi ! En effet, cela permet :

- de confirmer le stage rapidement

- de prendre vos dispositions à l’avance : trains, congés, gardes d’enfants…

- d’être assuré(e) d’avoir une place.

Cette démarche est respectueuse et solidaire des autres participants et des formateurs.

**Hébergement/restauration :** La maison d’accueil propose plusieurs types d’hébergement :

* **Hébergement en chambre seule** : **83,70€ par jour en pension complète,** soit **334,80€ pour 4 jours**
* **Hébergement en chambre double : 65,70€ par jour en pension complète, soit 262,80€ pour 4 jours**
* **Hébergement en camping :** 
  + **53,70€ par jour en pension complète, soit 214,80€ pour 4 jours**
  + **43,70€ par jour en demi-pension, soit 174,80€ pour 4 jours**

**Restauration :** Le repas seul est à **20€**

.

Afin d’assurer au mieux l’organisation de ce stage, merci de nous spécifier en renvoyant votre bulletin d’inscription :

* Votre choix d’hébergement
* Vos dates et heures d’arrivée et de départ
* Si vous prenez le repas de midi du dimanche 11/08
* Votre moyen de transport
* Si vous venez en voiture, accepteriez-vous un covoiturage ?
* Autres informations à nous communiquer

Dans l’attente de ce travail ensemble, je vous assure de mes sentiments les meilleurs.

Sylvie Grolleau

P J : la présentation du stage, un bulletin d'inscription, la grille indicative des tarifs d’animation

NB : Merci de mettre [secretariat.sgrolleau@orange.fr](mailto:secretariat.sgrolleau@orange.fr) en copie de nos échanges (06 66 95 12 47)

**Localisation** :

Pour avoir plus de précision sur l’accès au monastère, vous pouvez vous connecter à <http://www.le-monastere.org/plan-dacces/>