



INSCRIPTION SEJOUR « Eveil à Soi »

Yoga et Bien-être du 11 au 16 juin 2023 à Soustons

JOURNEE TYPE

09:00 – 10:30 Hatha Yoga (pratique à jeun)

10:30 – 12:00 Brunch

12:00 – 13:30 Atelier de connexion à Soi

Pauses : Océan, piscine, balades en forêt, balades autour du lac, massages, soins...

17:30 Yin Yoga ou Yoga Nidra ou méditation

19h00 Diner

LES CHOSES A PREVOIR

Des tenues confortables pour la pratique de Yoga. Une tenue et des bonnes chaussures de marche pour les ballades.

De quoi lire, écrire, un maillot de bain, une gourde, votre plaid si vous préférez avoir le votre.

Tout le matériel de yoga sera à votre disposition (tapis, coussins, blocs, couvertures, ...). Vous pouvez apporter votre propre matériel si vous préférez.

ACCES AU STAGE

L'accueil se fait dimanche 11 juin à partir de 19h00 à la Villa ORGOSSE 1 Allée des Soupirs 40140 Soustons. Prévoir le repas du soir.

En avion arrivée à l'aéroport de Bordeaux, navette aéroport/gare Bordeaux, train Bordeaux/ Dax puis bus jusque Soustons.

En train jusque Bordeaux puis Dax et bus jusque Soustons.

En voiture pensez au co-voiturage.

LE TARIF

850€ comprend 5 nuits et 4 jours complets de stage (pratiques, ateliers, marche). Hébergement à la villa ORGOSSE à Soustons.

8 repas végétariens; 4 brunch et 4 diners.

LE REGLEMENT

Je joins un acompte de 400€ par chèque à Caloni Vanessa ou à Céline Bobet ou par virement IBAN FR76 3000 4013 9700 0101 1015 822 BIC : BNPAFRPPXXX BNPPARB RONCHIN (01397).

Le solde est à régler le 3 mai pour finaliser l'inscription et réserver la chambre.

CONDITIONS D'ANNULATION

Remboursement intégral si annulation par l'organisateur. Stage à partir de 8 personnes minimum et 14 personnes maximum.

Remboursement de la moitié du stage si annulation de votre part plus d'un mois avant le stage.

Pas de remboursement si annulation à partir du 11 mai sauf en cas de maladie attestée médicalement.

PHOTOS

J'autorise/n'autorise pas (rayer la mention inutile) à publier les photos sur lesquelles je pourrai apparaître.

Signature :

RESERVATION

Je soussigné(e) _____ souhaite m'inscrire au séjour « Eveil à Soi » Yoga et bien-être du 11 au 16 juin 2023.

J'ai pris connaissance du programme, des conditions tarifaires, du règlement et des conditions d'annulation. Je m'engage à participer à la vie de groupe sur la base du programme.

Fait à _____ le _____

Signature _____

Inscription à renvoyer par mail à espacevasana@gmail.com