



INSCRIPTION SEJOUR « Eveil à Soi »

Yoga et Bien-être du 23 au 27 Octobre 2023 à Soustons

JOURNEE TYPE

08:00 – 10:00 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 et autour du lac, soin, repos,...

18:00 _19h30 Yin Yoga ou Yoga Nidra ou relaxations guidées.
19h30 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 22 Octobre 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

860 € comprend 5 nuits et 4 jours complets de stage (pratiques, ateliers, marche). Hébergement à la villa ORGOSSE à Soustons.

10 repas végétaliens ; 5 brunchs et 5 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 Octobre 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 23 septembre 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 23 au 27 Octobre 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