

**Un moment pour soi
se ressourcer, se rencontrer, s'ouvrir à l'avenir**

Du 21 au 24 mai 2020

À SAHUNE

Site historique au cœur
du parc régional des Baronnies
Drôme provençale



PROGRAMME

Jeudi 21 mai

Accueil à partir de 14h00
16H30-19H30 YOGA ET INTENTIONS
20h Diner

Vendredi 22 mai

8H-9H15 YOGA VINYASA
9h30-10h30 Petit déjeuner
10H30-13H ATELIER "SE RENCONTRER"
13h30 Déjeuner / Après-midi libre
18H-19H15 YOGA VINYASA
20h Diner

Samedi 23 mai

8H-9H15 YOGA VINYASA
9h30-10h30 Petit déjeuner
10H30-13H ATELIER "S'AIMER"
13h30 Déjeuner / Après-midi libre
18H-19H15 YOGA VINYASA
20h Diner

Dimanche 24 mai

8H-9H15 YOGA VINYASA
10H-12H ATELIER "S'OUVIR"
12h-14h Brunch
Départ 14h30

TARIF

de 630€ à 730€

=

Hébergement 3 nuits + Pension complète
Cours de yoga (Tous niveaux) / Matériel à disposition
Ateliers "rencontre avec soi"

TRANSPORT

Départ de Paris
TGV Paris - Valence + Location voiture
Voiture Paris - Sahune

Yoga par Marion Rieutord
Ateliers par Dominique Bodin