

COCON DOUCEUR D' HIVER

avec Stéphanie

du 28 octobre au 1er novembre 2023



Thème : Randonnée et pratique physique douce

Sauna, Cuisine et Aromathérapie

Lieu : Léguillac-de-cercles en Dordogne

A l'entrée dans l'hiver, venez partager un moment privilégié dans un cocon en pleine nature pour s'envelopper de douceur et d'énergie

Chaque matin et chaque soir, une pratique douce alternant entre le Yoga, Essentrics, les Abdominaux hypopressifs

Des moments d'échange convivial en cuisine pour la préparation des repas avec des menus spécifiquement élaborés pour vous

Des temps en groupe pour se découvrir, discuter et rire

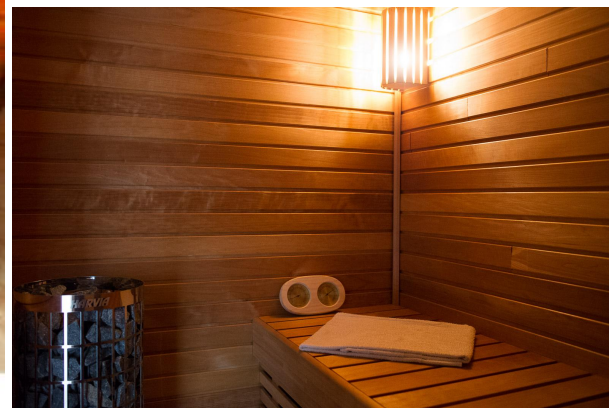
Chaque jour, une randonnée dans de merveilleux paysages, aux confins du Périgord Blanc et Vert

Dans notre gîte, “un temps, un lieu”, nous serons hébergés en chambre double.

Une magnifique salle est entièrement dédiée à la pratique

Un sauna est à votre disposition pour récupérer et se détendre

Nous partagerons les repas ensemble dans la salle à manger.



Pour ce séjour, le prix TTC est de 469€

Il comprend : l'hébergement, les repas, toutes les activités

Il ne comprend pas : le transport jusqu'au gîte (covoiturage ou train),
les achats sur place lors des balades ou visites

Pour une 2ème personne de la même famille, une réduction s'applique
et le séjour est à 422€.

La réservation du séjour se fait avec un acompte de 218€ par
personne. Chèque au nom de "Stanie Daniel" (propriétaire du gîte). Si
possible en juillet.

Ensuite le reste du règlement peut se faire en 3 chèques : août,
septembre, octobre. Ordre : Stéphanie Labbé

Vous pourrez aussi réserver et régler le séjour en une seule fois
jusqu'à la date du départ s'il reste des places disponibles

FICHE D' INSCRIPTION

Cette fiche est à m'envoyer par mail ou par courrier, ainsi que le chèque d'acompte et les chèques suivants, datés au dos pour l'encaissement du séjour entre juillet et octobre

Nom :

Prénom :

Adresse :

mail :

téléphone :

Condition physique : merci d'indiquer ici vos pathologies, douleurs chroniques ou impossibilité physique. Je rappelle que nous ferons chaque jour une randonnée d'au moins 2h.

Alimentation : merci d'indiquer ici les aliments que vous ne mangez pas, les allergies ou intolérances connues