

STAGE DETOX YOGA ET CUISINE VÉGÉTARIENNE

4 JOURS « PURS » DANS UN LIEU D'EXCEPTION

**Du mercredi 17 mai 2023 (à partir de 17h30)
Au Dimanche 21 mai 2023 (14h)**

Au programme :

- Pratiques de Hatha Yoga et de Yin Yoga
- Séances extérieures en lien avec la nature (parc centenaire)
- Méditation, Relaxations
- ateliers de cuisine végétarienne
- Marche et visite

Profiter du printemps afin de purifier le corps des toxines et se régénérer.
À travers la nourriture, la respiration, le mouvement, la gestion des pensées et des émotions, nous mettrons en pratique différentes techniques afin d'équilibrer ces principes et repartir plein de vitalité.

**Dans une demeure authentique et de caractère en pleine nature
au cœur de la Drôme : www.domainedeschabriers.com**

**Nombre de participants limité. Inscriptions dans l'ordre d'arrivée.
(minimum 6 et maximum 12 personnes).**

Prix du stage comprenant :

- **L'hébergement en chambre partagée et les repas végétariens, du dîner du mercredi au déjeuner du dimanche : 336 euros + 4 euros taxe séjour**
(supplément chambre individuelle : 100 euros, nombre limité, nous contacter)
- **Les enseignements en Yoga et Méditation par Flora RICHARD : 200 euros**
- **Les Ateliers de Cuisine Végétarienne par Céline DUVERNEY : 50 euros**

Si vous souhaitez participer, merci de nous renvoyer le bulletin d'inscription ci-dessous.

Plus d'informations :

Céline DUVERNEY
06 28 23 90 21
celine.duverney@wanadoo.fr

ou

Flora RICHARD
06 82 88 98 45
flora.richard@me.com

BULLETIN D'INSCRIPTION

Stage de 4 Jours Détox Yoga et Cuisine Végétarienne

Animé par Flora RICHARD et Céline DUVERNEY

du mercredi 17 mai 2023 (Arrivée entre 17h30 et 19h)
au Dimanche 21 mai 2023 (fin de stage 14h)

Nom :

Prénom :

Adresse postale :

.....

Mail :

Téléphone :

Date :

Signature :

Règlement :

- Je règle les arrhes de 50% de la pension complète pour la réservation :
 - un chèque de 168 € (ou 218 € en chambre individuelle)
 - à l'ordre de « Sarl Domaine des Chabriers » (Cet acompte ne sera remboursé qu'en cas de force majeure), à envoyer à :
 - Flora Richard, 165 route des Udrezants, 74110 Morzine
 - ou
 - Céline Duverney, Les Chabriers, 470 route de la Salette, 26120 Ourches
- Règlement à votre arrivée sur place en chèque ou espèces de :
 - 168€ pour les 50% restant de la Pension Complète
 - 200€ pour les enseignements en Yoga
 - 54 euros pour les ateliers cuisine et la taxe de séjour (espèces)

Informations complémentaires :

NOM - Prénom :

Age :

Expérience en Yoga :

.....
.....

Autres disciplines pratiquées (actuellement ou auparavant et combien d'années de pratique) :

.....
.....

Difficultés ou incompatibilités avec certaines pratiques du Yoga (en cas de doute, consulter votre médecin) :

.....
.....

Problèmes de santé ou antécédents médicaux :

.....
.....

Autres/Alimentation :

.....
.....