



## VOTRE RETRAITE YOGA



**DU 13 AU 15 JUIN 2025**

**EARLY BIRD\***  
~~400€~~ 350€<sup>1</sup>  
~~480€~~ 430€<sup>2</sup>

### PROGRAMME

Venez profiter du solstice d'été pour vous reconnecter à la nature, votre lumière intérieure et explorer des pratiques méditatives profondes avec Alexa Wood.

- ▶ **HÉBERGEMENT CONFORTABLE 2 NUITS/3 JOURS**
- ▶ **PRATIQUES DE YOGA VINYASA | YIN | DANSE**
- ▶ **MÉDITATION | RELAXATION ET RESPIRATION**
- ▶ **CERCLE DE PAROLE | MATINÉE SILENCIEUSES**
- ▶ **AUTO-MASSAGES | MOMENTS DE DÉTENTE**
- ▶ **REPAS VÉGÉTARIEN**

Réservez maintenant et vivez un séjour de bien-être unique et mémorable ! 07 73 94 92 46

\*Prix par personne jusqu'au 30 mai 2025  
<sup>1</sup>Chambre partagée | <sup>2</sup>Chambre individuelle



SOLSTICE D'ÉTÉ

# RETRAITE YOGA

**13 AU 15 JUIN 2025**



**GÎTE LASCOUTCH | LES CÉVENNES**

YOGA YIN | MÉDITATION | BALLADES | CERCLE DE PAROLE  
YOGA VINYASA | DANSE LIBRE | REPAS VEGETARIEN

**INFORMATIONS & RÉSERVATION**

07 73 94 92 46 | [coeurcorpsesprit8@gmail.com](mailto:coeurcorpsesprit8@gmail.com)

# Informations

## Retraite de yoga

### Repas

- Repas du vendredi soir au dimanche midi élaborés avec amour - cuisine végétarienne gourmande
- Avertir si allergies ou régimes particuliers

### Transports

- Lieu : Gîte Lascoutch - 30460 Soudorgues
- Transports à 1h30 de Nîmes, possibilités de covoiturages

### Prix

**TOUT INCLUS** : logement, repas, enseignement et pratiques / Matériels de Yoga fournis

- 400€ en chambre partagée
- 480€ en chambre individuelle

*Draps inclus*

**\*\*\* EARLY BIRD jusqu'au 15 mai-30 mai \*\*\***

- 350€ en chambre partagées
- 430€ en chambre individuelle

*A noter que le séjour est confirmé définitivement à partir de 10 participant.e.s. Un groupe WhatsApp est créé dès lors.*

### Contact

07 73 94 92 46 | [coeurcorpsesprit8@gmail.com](mailto:coeurcorpsesprit8@gmail.com)

