



Retraites de Yoga – Saison 2021-2022

À l'espace des Florens, Châteauvert (Var)

Cette année et pour cheminer ensemble sur la voie du mieux-être, nous avons la joie de vous proposer deux retraites Yoga, Nature etc. dans le Var :

- Un week-end, du **VENDREDI 26 au DIMANCHE 28 NOVEMBRE 2021**, pour une parenthèse au cœur de l'automne ;
- Cinq jours, du **MERCREDI 22 au DIMANCHE 26 JUIN 2022**, en début d'été, pour se ressourcer en pleine nature.

Ces deux retraites se dérouleront à l'Espace des Florens¹, un lieu de séjour en pleine nature propice au calme et au ressourcement situé non loin de Châteauvert dans le Var (environ 1h30 de route de Nice). Un programme détaillé vous sera partagé en amont de votre séjour. Une journée-type inclut deux pratiques de yoga, deux pratiques méditatives, des balades (et en été, des bains dans la rivière), du temps pour soi, des temps d'écoute et de partage, et une relaxation profonde en soirée. Une cuisinière vient préparer sur place de délicieux repas colorés, vitaminés, adaptés à la saison avec des produits de son jardin.

Le montant du séjour est de **320 Euros pour le week-end** et **580 Euros pour les cinq jours**, incluant l'hébergement en chambres partagées, les repas et toutes les pratiques de yoga, relaxation et méditation.

Afin de réserver votre place, merci de nous faire parvenir votre bulletin d'inscription accompagné d'un paiement correspondant à 50% du montant total du séjour. Le reliquat sera à régler à votre arrivée sur le lieu de retraite.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Je souhaite participer à la retraite de :

- Novembre 2021 (du vendredi 26 au dimanche 28 novembre 2021).
- Juin 2022 (du mercredi 22 au dimanche 26 juin 2022).

NOM, Prénom :

Adresse :

N° de téléphone :

E-mail :

Heure d'arrivée prévue vendredi soir :

Restrictions alimentaires / allergies :

Problèmes de santé :

Autres informations :

¹ <http://www.lespacedesflorens-en-provence.com/>