



Aurore Motte 06 89 33 21 16
leyogadaurore@gmail.com
www.usha-yoga.fr



DU SAMEDI 18 AU LUNDI 20 MAI 2024

– DE 370€ À 560€ EN FONCTION DES PRESTATIONS CHOISIS –

PROGRAMME

Samedi 18 mai 2024 :

- 9h arrivée des participants, tisane de bienvenue et présentation du stage
- 11h-12h30 : yoga
- 12h30 déjeuner
- Temps libre (promenade, lecture, détente)
- 17h-19h : yoga
- 19h30 : dîner
- 21h-21h45 : yoga nidra/relaxation

Dimanche 19 mai 2024 :

- 8h-8h30 méditation
- 8h30 petit déjeuner
- Temps libre (promenade, lecture, détente)
- 10h-12h : yoga
- 12h30 : déjeuner
- Temps libre (promenade, lecture, détente)
- 17h-19h : yoga
- 19h30 : dîner
- 21h-21h45 : yoga nidra/relaxation

Lundi 20 mai 2024 :

- 8h-8h30 méditation
- 8h30 petit déjeuner
- Temps libre (promenade, lecture, détente)
- 10h-12h : yoga
- 12h30 : déjeuner
- Temps libre (promenade, lecture, détente)
- 16h-17h : yoga
- 17h30 : Départ

L'ADRESSE DU LIEU

Domaine du pas de l'âne,
Route de la moulasse 33380 Mios
<https://domainedupasdelane.com/contact>

LE CONTACT DE NOS HÔTES

Célia : 07 86 42 71 58
Isabelle : 06 81 71 02 47
domainedupasdelane@gmail.com

Pour rejoindre le lieu

Co-voiturage possible

Avec moi, depuis le Médoc (pas trop loin de Soussans) ou sur Bruges ou Mérignac, c'est sur le trajet et c'est avec plaisir. Je laisse vos mails visibles pour que vous puissiez faire des propositions de covoiturage vous aussi.

LE TARIF

De 370€ à 560€ en fonction des prestations choisies.

Voilà vous savez tous ou presque !
Namastisous

A savoir

Pour réserver votre stage, vous sera demandé un acompte (non remboursable).

PROCHAINS ÉVÈNEMENTS

Matinées Yoga
Parenthèse Yoga du printemps
Stage du mois de mai « fais ce qu'il te plaît ! »
Stage de Yoga d'été à Mios
Parenthèse de yoga d'été



ÉCRIVEZ-MOI