

Horaire



♦ Vendredi

17h00 Arrivée sur le site

18h00 Souper & Cercle d'ouverture

20h30 Yin & Nidra

♦ Samedi

08h30 Bol smoothie

10h00 Vinyasa énergisant

12h00 Lunch

15h00 Atelier d'équilibre & inversions

18h00 Souper

19h30 Atelier mantra & danse

♦ Dimanche

08h30 Smoothie

09h00 Yin Yang Flow & mantra

11h00 Check out

11h30 Brunch

13h00 Départ

