



Séjour zen en Corse

Autour du yoga et de la détente



Venez-vous ressourcer sur l'île de Beauté. Vous serez logé à Uhuru, une magnifique villa les pieds dans l'eau, dans la région d'Ajaccio. Cette semaine, ouverte à tous, sera l'occasion d'allier la pratique du yoga et la découverte d'un lieu magique et propice à la détente. Vous dégusterez, tout au long du séjour, une cuisine saine, inspirée de la cuisine ayurvédique.

du 10 au 17 juin &
du 9 au 16 septembre 2023

Programme d'une journée type

- Réveil - Collation légère
- 9h à 11h - Yoga
- 11h30 - Brunch
- 13h à 17h - Temps libre
- 17h30 à 19h - Yoga
- 19h30 - Dîner

Intervenants

MARIE MOTTET

Enseignante de yoga (dipl. de l'école d'Evian) yoga en lien avec les énergies de saison, pratique du hatha yoga, yin yoga, yoga du son, yoga nidra, méditation
www.femme-yoga.com

CHRISTINE LANDON

Diplômée de l'EHL, la fée en cuisine

BERNARD LANDON

Photographe
Le guide pour la marche, le paddle, la pêche, etc.
www.bernard-landon.com

Tarifs

Les tarifs comprennent le logement, les repas, la mise à disposition du matériel pour les activités (SUP, vélos, snorkeling, pétanque, etc.), maximum 10 personnes par semaine.

1 pers. en chambre double 880€ | Pour 1 couple gd lit 1'760€ | 1 pers en ch simple 1'400€

Non compris : billet d'avion vers et depuis Ajaccio, boissons alcoolisées, transferts depuis et vers l'aéroport 20€/personne

Pour plus d'informations
www.villa-uhuru.com