

SEMAINE DE JEÛNE ou MONO-DIETE

A

à L'Ecrin de l'Andelle

Centre de bien-être

78 Chemin des Puits
76780 Morville sur Andelle
dans un lieu paisible

du samedi 18 octobre 9h
au vendredi 24 octobre à 14h



Robin Valotte ©

Avec Anne Marie, Professeure de Hatha Yoga; naturopathe
et Manon, Professeure de Yin Yoga

Limité à 6 personnes

• Inclus :

Logement (Draps inclus)

Encadrement, soins (massage, yogathérapie),

Au choix jus, bouillon ou jeûne à l'eau de mer;

Un cours quotidien de mobilité ou de Yoga;

Temps de méditation et marche quotidienne;

Deux massages dans la semaine;

Yin Yoga avec Manon;

Soirées à thèmes.

Reprise alimentaire

Ne sont pas compris :

L'entrée des visites des jardins environnants.

Organisation :

Le stage débute le samedi à 9h;

Fin après le repas de reprise du vendredi

et le rangement du gîte.



Tarifs: 700€ pour la semaine du 18 au 24.

ou 300€ pour trois jours du 18 au 20

Réservation confirmée par l'envoi d'un chèque d'acompte de 150€

Le solde à l'arrivée.



**Contacts: Anne Marie au 06 28 06 88 62
Manon au 06 63 42 84 23**

