

PROGRAMME STAGE « *PLONGEZ AU CŒUR DE VOTRE NATURE* »

DU 7 AU 14 AOUT 2021 :

Jour 1 : Arrivée samedi 7 août dans l'après midi

- A partir de 14h00 : accueil et installation dans les chambres
- 18h00- 19h30 : pratique d'ouverture
- 20h00 : diner avec le groupe

Jour 2 : dimanche 8 août

- Petit déjeuner entre 8h00 et 9h00
- Pratique du matin : 10 h30 à 12h
- Déjeuner 13h00
- Pratique du soir : 17h30 à 19h00
- Diner 20h00

Jour 3 : lundi 9 août

- Encas disponible à partir de 8h00 (tisane, fruits secs)
- Pratique du matin : 9h00 à 11h00
- Brunch : 11h30
- Pratique du soir : 17h00 à 19h00
- Diner : 20h00

Jour 4 : mardi 10 août

- Encas disponible à partir de 8h00 (tisane, fruits secs)
- Pratique du matin : 9h00 à 11h00
- Brunch : 11h30
- Pratique du soir : 17h00 à 19h00
- Diner : 20h00

Jour 5 : mercredi 11 août (journée libre pour une belle randonnée ou chiller)

- Petit déjeuner entre 8h00 et 9h00
- Déjeuner 13h00 (possibilité de demander un pique -nique à emporter)
- Diner 20h00

Jour 6 : jeudi 12 août

- Encas disponible à partir de 8h00 (tisane, fruits secs)
- Pratique du matin : 9h00 à 11h00
- Brunch : 11h30
- Pratique du soir : 17h00 à 19h00
- Diner : 20h00

Jour 7 : vendredi 13 août

- Encas disponible à partir de 8h00 (tisane, fruits secs)
- Pratique du matin : 9h00 à 11h00
- Brunch : 11h30
- Pratique du soir : 17h00 à 19h00
- Diner : 20h00

Jour 8 : samedi 14 août départ après brunch

- Encas disponible à partir de 8h00 (tisane, fruits secs)
- Pratique du matin : 9h00 à 11h00
- Brunch : 11h30