

Proposition d'activités au gîte du Présent Simple



Massages ayurvédiques aux huiles chaudes.

Voir plus de détails sur mon site : massage-mainsage.fr



Yoga en cours individuel ou petit groupe de 6 personnes.

- Cours de 1 heure 30 sur place au gîte.

Prix : 18 euros par personne (pour un cours individuel.)

10 euros par personne (pour un cours en groupe de minimum 4 personnes.)



-Randonnée yoga dans la nature (selon le temps).

Nous partirons du gîte en direction du lac ou autre, en marche silencieuse et méditative pour se lover dans un coin de nature et faire du Yoga.

Accessible à tous. Je peux fournir les tapis si besoin.

Prévoir au moins la matinée ou l'après midi.

Proposition d'horaire :

Le matin de 9 heures à 12 heures.

L'après-midi de 14 heures à 17 heures.

20 euros / personne

Si cette activité vous intéresse, veuillez me contacter.



06 44 75 35 35

