



# RETOUR AUX SOURCES

## Yoga et Naturopathie

avec Flora et Jessica - 4 jours et 3 nuits  
Au milieu du parc naturel de la Chartreuse

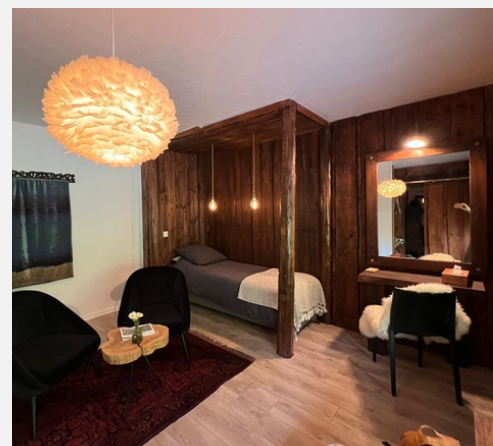
Du vendredi 17 au lundi 20 mai 2024  
À Chapamama Savoie (73) Fr.

### NOTRE COCON

À 1h30 de Genève dans une ancienne ferme  
totalement privatisée pour vous. Repas  
végétariens, bio et/ou d'agriculture raisonnée.

Profitez de l'intimité d'un petit groupe de 8  
personnes encadré par 2 intervenantes, en nature  
et hors du temps, une parenthèse idéale pour  
revenir à l'essentiel et se ressourcer.

Notre hôte Karine sera aussi sur place et aux  
petits soins. Massage possible sur réservation.





Jessica Bonnel - Naturopathe



# PROGRAMME



## VENDREDI

Arrivée à partir de 16h  
Accueil & installation  
Dîner  
Cercle d'ouverture

## DIMANCHE

Yoga  
Brunch & temps libre  
Pranayama  
Dîner  
Initiation à la méditation

## SAMEDI

Yoga  
Brunch & temps libre  
Naturopathie entre forêt & rivière  
Dîner

## LUNDI

Yoga  
Brunch & temps libre  
Atelier naturopathie  
Départ

---

Tarifs € en pension complète  
Boissons et encas à disposition tout au long du séjour  
Early bird jusqu'au 15 mars 2024 - transport non compris

Chambre pour 2 avec sdb  
Early Bird: 690/pers.  
Normal: 750/pers.

ou

Duplex pour 4 avec sdb  
Early Bird: 670/pers.  
Normal: 720/pers.

Informations et inscriptions :  
<http://flora.mermet.yoga> - [flora@mermet.yoga](mailto:flora@mermet.yoga) +33 6 76 28 24 73  
<https://jessicabonnel.fr> - [jessica-bonnel@protonmail.com](mailto:jessica-bonnel@protonmail.com) +33 6 47 68 36 25

