



LES HAUTES MERS

summer break

Nouveau Départ by Natasha Andrews

16, 23 JUILLET & 20, 27 AOÛT 2024

PROGRAMME DEMI JOURNÉE

9h30 - Session Yoga Ashtanga, Kriyas et Pranayama adaptée pour détoxifier le corps et renforcer la vitalité pendant le plein été

Brunch énergisant et nutritif au restaurant Vent Debout

Masterclass rituels bien-être adaptés aux vacances d'été animée par Natasha Andrews

Accès au Spa des Hautes Mers, massage en option

14h30 - Clôture de la retraite

Les horaires définitifs des activités seront transmis 2 mois avant la date de l'évènement.

CONDITIONS TARIFAIRES

- **Retraite demi-journée : 135€ par personne, non annulable, non remboursable.** cette offre comprend l'ensemble des activités et la restauration (hors consommation de boissons alcoolisées ou soft).

- **Massage en supplément :** 120€ par personne.

Sur réservation par email à reservations@leshautemers.com

COMMENT S'Y RENDRE

- **Traversée en bateau :**

Toute l'année : Yeu Continent

De mars à octobre : La Compagnie Vendéenne

- **Traversée en hélicoptère :** Compagnie OYA Hélico