

DU 26 AOUT AU 29 AOUT 2025

RETRAITE DOMAINE DU TAILLE -
ARDECHES

YOGA & SONOTHERAPIE

Extase



Extase

L'UNIVERS

YOGA
SON & VIBRATIONS

Notre Retraite d'été du 26 au 29 Août 2025

le LIEU

Dans un magnifique domaine écolabel, **au Domaine de TAILLE**, à Vesseaux (07200)
en Ardèche avec piscine naturelle;

Cet endroit est voué à votre ressourcement, votre bien-être, votre sérénité pour un
séjour hors du temps !

Katherine et Sabine vous guiderons durant quatre journées, dans leur univers, en
dédiant cette parenthèse autour de l'énergie vitale.

Nos journées seront guidées, dans la Bienveillance, dans l'intensité et la Douceur
Dans le mouvement, dans l'immobilité et la sensation pure
Vous aurez simplement, à vous laissez porter, à vous abandonner ...

Nous serons vos guides durant ces quatre jours complets ...

Des moments dans notre programme, seront également libres afin que vous puissiez
profiter du lieu, des baignades, et du groupe ...

Possibilité d'arrivée avant la date, et de partir après la retraite pour profiter du lieu !

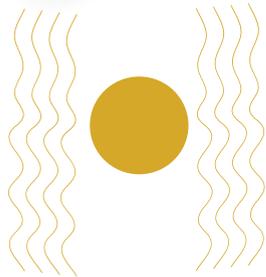


PROGRAMME

Extase



- Du yoga, basée sur l'anatomie, la biomécanique, la biotenségrité, les fascias avec des apports ostéopathiques et vers une approche thérapeutique.
- Du Yin Yoga
- Des méditations
- Du « YINRESONANCE »
- Du voyage Sonore, du Tambour
- Du cœur et le l'émotion



JOURNEE TYPE

8h30 - YOGA
10h30 - Soins Sonores
13h00 - Pause déjeuner

bain - Temps pour soi

17h00 - Méditation - Voyage Sonore - Pranayama

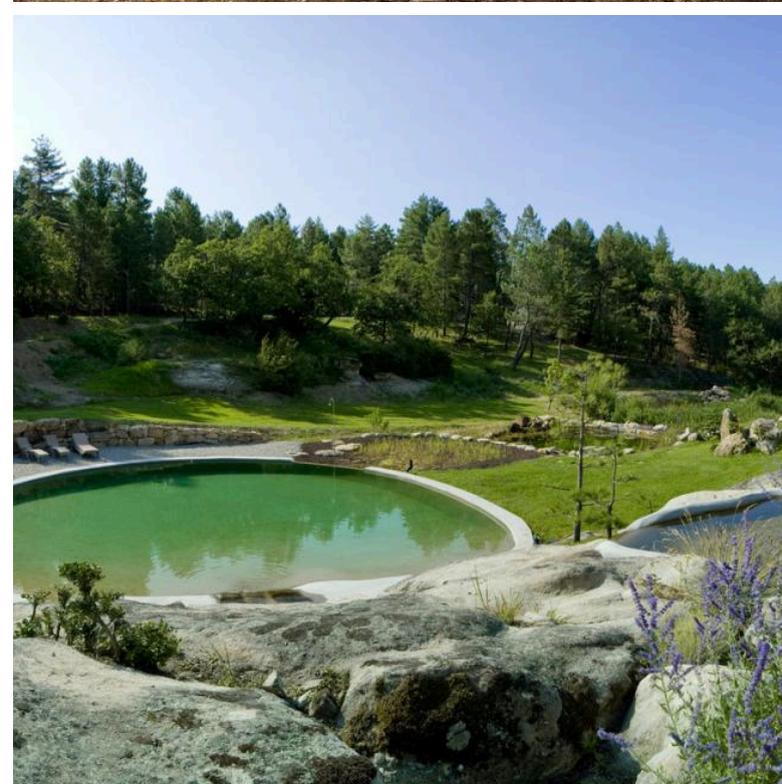
20h00 - Dîner

A TITRE INDICATIF POUR UNE JOURNEE TYPE



4 journées complètes de Yoga et de Sonothérapie
Possibilité d'arrivée la veille, et repartir quand vous le souhaitez

Extase



Du 26 au 29 Août 2025

POUR
S'INSCRIRE

Extase

Du 26 au 29 Août 2025

PRESTATION YOGA & SONOTHERAPIE

560€



HEBERGEMENT en pension complète

à réserver et régler directement

Au Domaine de Taillé

www.domainedutaille.com

différents type de logements e tarifs sont proposés

Transport :

La gare la plus proche est celle de Valence TGV, à 2h15 de TGV en provenance de Paris. Ensuite vous avez des correspondances en cars Sncf « TER » qui relie la gare de valence TGV à Aubenas en 1h50. L'arrêt le plus proche du Domaine du Taillé est celui de Saint Etienne de Boulogne Col d'Auriolles, à 1h45 de bus en provenance de Valence TGV

Voici des exemples d'animations dans notre parc de 100 ha et ses environs :

- La randonnée aquatique dans notre rivière
- Canyoning dans une rivière à 25 Ms du domaine
- Course d'orientation
- Chasse au trésor
- Sortie Quad (par groupe de 8 ps) 1H30
- Tir à L'arc: (par groupe de 10Ps) 2h00
- équitation: (Par groupe de 5 ou 8 Ps) 1H30
- Via ferrata sur un site à 45 ms en voiture du Domaine
- Initiation aux arts martiaux