



DU 3 AU 5 OCTOBRE 2025

WEEK END EN COTE D'OPALE

"Entre deux Caps"

YOGA - MEDITATION - RANDO NATURE





Entre deux Caps

L'UNIVERS

DU 3 AU 5 OCTOBRE 2025

YOGA SOUS TOUTES SES FORMES

**Sabine vous propose Week end en côte d'Opale.
Situé à Maninghen-Henne, à 5 minutes de la mer.**

**Le Gîte "L'Air du Vent"
est niché en pleine nature, il nous
invite à la déconnexion et au ressourcement,
avec ses grands espaces, son jardin de 2000 m² bordé par la rivière
"Le Wimereux" et son immense saule pleureur,
"Grand-Mère Feuillage"**

Au programme :

- Séances de yoga le matin et en fin de journée
- des moments de Méditation
- des rituels, des oracles, des mantras
- Ballades Nature pour respirer et se ressourcer.

**Une pause à s'offrir en ce début d'Automne.
pour vous recentrer et vous ressourcer, et commencer à ralentir !**

Ouvert à tous





"Entre deux Caps"

WEEK END YOGA

EN CHAMBRE SINGLE

415€

EN CHAMBRE DOUBLE & MEZZANINE

335€

pour réserver ta place :

Merci d'envoyer par virement ou par chèque
un Acompte de 160€



détail du tarif

Hébergement 2 nuits

2 repas végétariens avec une cheffe à domicile Florence en pension
complète - 105€

organisation et intervenante Yoga - 150€

sabine@yogabaiedesomme.fr ☎️ 06.81.91.73.89
[Sabine BREANT - www.yogabaiedesomme.com](http://www.yogabaiedesomme.com)

"Entre deux Caps"

WEEK END YOGA

à titre information, ce programme peut évoluer, changer, se modifier

Vendredi

16h00 - Arrivée

17h30 - Cercle d'ouverture

Méditation - Mantra- Yoga restauratif

MATIN samedi & dimanche

8h00 - YOGA MATIN & méditation

9h15 - PETIT DEJEUNER

10h30 - RANDO NATURE

13h00 - DEJEUNER

PAUSE - CHILL TIME

samedi

16h00 - CREATIVITE

TIRAGES CARTES

NUMEROLOGIE CHEMIN DE VIE

18h00 - Méditation

YIN & RESTAURATIF YOGA

20h00 - Diner

dimanche Après midi

Méditation - Mantra

Départ 15h00

JOURNEE TYPE



"Entre deux caps" "

DU 3 AU 5 OCTOBRE 2025 - COTE D'OPALE

