



YOGA & VACANCES en Bretagne sur la côte des Légendes



Catherine MASSON

4 allée François Bernier 35760 Saint-Grégoire

06 31 89 42 42

catherinemasson@spaceyoga.org

www.spaceyoga.org

Les cours de Yoga pour tous niveaux sont dispensés par **Catherine MASSON**, enseignante de Yoga, formatrice à la FNEY (<http://lemondeduyoga.org/lassociation-fney/>) et Gestalt-thérapeute.

**Session 1 : du Dimanche 18 Août 2024 à 18h au Vendredi 23 Août 2024 à 9h
et/ou**

Session 2 : du Dimanche 25 Août 2024 à 18h au Vendredi 30 Août 2024 à 9h

Lieu :

Hôtel de la Mer (<https://www.hoteldelamer.bzh/fr/>) Place des Chardons bleus – 29890 BRIGNOGAN-PLAGES

02 98 43 18 47 - bienvenue@hoteldelamer.bzh (Gare TGV Landerneau, puis taxi)

Posé sur la dune de la Côte des Légendes depuis 1930, l'Hôtel de la Mer vous invite à tous les rêves dans un paysage magnifique et sauvage face à la mer.

L'hôtel a changé de propriétaires et de gros travaux ont été faits. Les appartements ne donnant pas sur la mer ont été refaits à neuf et transformés en chambres à des tarifs plus bas que les chambres vue sur mer. Salon de Thé et Spa à découvrir !

Le lieu est idéal pour couple avec un accompagnant ne pratiquant pas le Yoga.

Programme : du Lundi au Jeudi

- Yoga : 10h à 13h
- Temps libre : jusqu'à 17h30
- Yoga : 17h30 à 19h

Tarifs : Par Session	Chambre vue sur mer		Chambre vue sur la lande	
<p>Les tarifs sont pour la demi- pension</p> <p>A payer directement à l'hôtel</p> <p>Contactez l'hôtel avant le 15 avril 2024 pour réserver votre chambre (avec garantie bancaire)</p>	Pour une personne	Pour couple ou deux personnes	Pour une personne	Pour couple ou deux personnes
	1095 €	Par personne : 845 €	975 €	Par personne : 725 €
Cours de Yoga (apporter votre tapis et coussin)	Par personne : 300 €			
Total par personne par Session	Option A 1395 €	Option B 1145 €	Option C 1275 €	Option D 1025 €

Les 4 déjeuners sont non compris, au choix :

- Pique-nique : Magasins d'alimentation à Brignogan-Plages à 3 km
- Petite restauration à l'hôtel : Déjeuner pour environ 15 € hors boissons

Formulaire d'inscription
Yoga & Vacances en Bretagne sur la côte des Légendes (Août 2024) à renvoyer à :

Catherine MASSON
4 allée François Bernier
35760 St Grégoire

Pour confirmer votre inscription au cours de Yoga, vous devez renvoyer ce formulaire avant le 15 avril 2024 avec un chèque d'acompte de 100 € à l'ordre de Catherine MASSON (non remboursé en cas d'annulation, sauf en cas de force majeure). Le solde pour l'enseignement sera réglé en début de stage par chèque.

N'oubliez pas de réserver également avant le 15 avril 2024 votre chambre directement à l'hôtel (voir page précédente). Signaler leur si vous avez un régime alimentaire particulier.

Merci d'entourer l'option choisie (voir explications sur le tableau de la première page)				
Total pour une Session par personne	Option A 1395 €	Option B 1145 €	Option C 1275 €	Option D 1025 €

Merci de remplir ce formulaire :

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :