



WEEK-END YOGA & SPA - CHAMONIX

Un week-end comme une bouffée d'oxygène, entre **pratiques de Yoga, massages**, balades en nature et temps libres, afin d'offrir à notre corps un **espace pour ralentir**.

Chamonix et son cadre idyllique sera notre refuge, le yoga sera notre véhicule pour ouvrir la porte de notre **espace intérieur**.

POURQUOI PARTICIPER ?

- 8h de pratique de Yoga pour prendre soin de votre corps
- Des temps libre pour déconnecter
- En option : une ½ journée à QC Terme pour vous ressourcer
- Des repas savoureux pour régaler vos papilles

DATE

6 au 8 Novembre 2026

HEURE

Vendredi 16h -
Dimanche 15h

LIEU

Chamonix

TARIF

à partir de 440 € /
personne

RÉSERVEZ VOTRE PLACE
DÈS MAINTENANT SUR :

www.annecy.yoga

OU PAR TÉLÉPHONE

06.67.94.86.81

Programme Week-end Yoga & Spa

6-8 Novembre 2026

Vendredi

- A partir de 16h** : Arrivée & installation
17h30 : Cercle d'ouverture & pratique de yoga
19h00 : Dîner végétarien
20h30 : Yin Yoga

Samedi

- 8h30** : Séance Yoga
10h30 : Brunch
12h00 : Nidra Digestif
12h30 : Départ QC Terme pour les personnes ayant choisi l'option ou temps libre
16h30 : Gouter
17h30 : Séance Yoga
19h00 : Dîner végétarien
20h30 : Pranayamas, Yin & Restauratif

Dimanche

- 8h00** : Petit Déjeuner
9h00 : Danse du Dragon & Yin Yoga
11h30 : Brunch végétarien
13h30 : Cercle de clôture
14h30 : Départ

Le programme peut être soumis à de légers ajustements.

