

WEEKEND YOGA ET DANSE

20-22 MARS 2026

INTERVENANTES:

- **Cécile REBOUL** (professeur de yoga)
- **Corine BOMBLED** (professeur de yoga & danse) www.studiolotus333.com

LOGEMENT:

Lauvitel Lodge

+33 (0)4 76 80 06 77

info@lelauvitel.com

La Danchere, 38520 Les Deux Alpes, France

Coordonnées GPS :

Lat : 44.988816201814565

Long : 6.0786685813218

<https://lelauvitel.com/fr/experience/retraites/>

PROGRAMME

JOUR 1: vendredi 20 mars

Début du séjour - arrivé à partir de 16h

18 h yoga + cercle d'ouverture

20 h dîner

21h30 option Yoga Nidra / méditation

JOUR 2 : samedi 21 mars

7h30-8h méditation

8h-10h30 Yoga Matinal

11h-12h30 Brunch

Temps libre

16h-19h30 Yoga Danse & Yin Yoga

20h Dîner

Soirée chant mantra

JOUR 3 : dimanche 22 mars

7h30-8h méditation

8h-10h30 Yoga Matinale

11h-12h30 Brunch

Temps libre

14h-16h Yoga Danse & cercle de clôture

17h Fin de séjour - départ

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL/ACCES

RDV au Lauvitel Lodge le vendredi 20 mars 2026 à partir de 16h. Chacun est autonome pour arriver sur le lieu du séjour. Possibilité d'organiser un covoiturage.

FIN DU SEJOUR

Fin du séjour le dimanche 22 mars à 17h. Chacun est autonome pour le retour chez eux. Possibilité d'organiser un covoiturage.

FORMALITES

Un questionnaire sera envoyé aux intervenants minimum 2 semaines avant le séjour pour répondre à vos besoins alimentaires et autres.

HEBERGEMENT

GÎTE : *Lauvitel Logde* est une gîte qui sera privatisé pour notre groupe. Le lodge propose des chambres individuelles, chambres double, et chambres triples. Nous

proposons également 4 lits en tarif "solidaire." Le tarif du séjour est en fonction du choix de chambre.

LES REPAS

Les repas seront cuisinés par un prestataire extérieur. Tous les repas sont végétariens. Sont Inclus les repas de :

Vendredi - soir

Samedi - brunch et soir

Dimanche - brunch

Il y aura également sur place une espace pour vous servir en thé et encas simples (fruits secs, fruits, noix...).

NIVEAU

Ce séjour de Yoga & Danse est adapté pour tous niveaux de pratiquant. Aucune expérience ni en yoga ni en danse est requise.

ENCADREMENT

Les cours de Yoga & Danse seront encadrés par:

- Cecile REBOUL (professeur certifiée en Yoga)
tél: 06 61 96 29 80 / email : cessreboul@gmail.com
- Corine BOMBLED (professeur certifiée en Yoga et danse - D.E. danse contemporaine)
tél: 07 88 30 34 99 / email : studiolotus333cv@gmail.com

GROUPE

Le nombre minimum pour assurer le départ est 10 personnes et le nombre maximum de participants 20 personnes.

MATERIEL FOURNI

Le matériel de yoga ici sera fourni en cas de besoin:

- tapis de yoga
- bolsters
- briques

- sangles

TRANSFERTS

Les participants sont responsables de leur propre transport pour arriver sur les lieux, le départ et pendant le séjour.

EQUIPEMENT CONSEILLE

- vêtements confortables
- gourde
- couverture pour la relaxation
- trousse de toilette
- vêtements pour marcher
- cahier et stylo
- sac à dos
- maillot de bain + serviette au cas où

DATES ET PRIX

20-22 mars 2026

chambre individuel - 680€ (tarif promo 650€) - 4 places disponibles

chambre double, lit séparé - 640€ (tarif promo 600€) - 10 places disponibles

chambre triple, lit séparé - 600€ (tarif promo 550€) - 6 places disponibles

chambre tarif solidaire, chambre quadruple, lit séparé - 500€ (pas de promo) - 4 places disponibles

LE PRIX COMPREND

- 3 jours et 2 nuits au Lauvitel Lodge
- tous les cours de yoga et danse
- tous les repas végétariens
- taxe de séjour
- linge de maison et serviettes
- prêt du matériel de yoga

LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'assurance facultative annulation et/ou rapatriement, perte de bagages,
- L'acheminement vers le lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation,
- Les dépenses personnelles et pourboires
- Tout ce qui n'est pas inclus dans "le prix comprend"

Le petit plus qui fait plaisir, pas de frais de dossier, chez Nunam Aventures !

PARTENARIAT NUNMAN ADVENTURES

Ce séjour est conçu par **Corine BOMBLED** et **Cécile REBOUL** est proposé en formule **"tout compris"** par notre agence partenaire, **NUNAM AVENTURES**, immatriculée au registre des opérateurs de voyages et de séjours sous le numéro **IM073240016** et couvert par la garantie financière de l'APST.

Corine et Cécile restent vos interlocuteurs principaux pour répondre à toutes vos questions : informations sur le niveau, le programme du séjour, les dates, les options possibles, etc.

La gestion administrative et financière (paiements, assurances...) est assurée par **NUNAM AVENTURES**, petite agence de voyage locale.

L'inscription se fait en ligne à l'adresse :

<https://nunam-aventures.fr/inscription-aventures-nunam/>

Un **acompte de 35 %** du montant total vous sera demandé lors de l'inscription, le **solde étant à régler 30 jours avant le départ**. Paiement par virement ou par carte bancaire (lien de paiement sécurisé envoyé par Julien de chez Nunam Aventures après réception et vérification de votre formulaire d'inscription). Possibilité de paiement en plusieurs fois.

Lors de votre inscription, vous aurez également la possibilité de souscrire à une **assurance multirisques voyage**, incluant notamment l'assistance rapatriement et la couverture en cas d'annulation, quelle qu'en soit la raison (justifiée).

Toutes les informations détaillées sont disponibles sur le site de **NUNAM AVENTURES**. Bien entendu, nous restons à votre disposition pour toute question complémentaire.

Merci pour votre enthousiasme et confiance,

Cécile, Corine & NUNAM AVENTURES