

SÉJOUR YOGA & SURF

4-10 AVRIL 2026

INTERVENANTES:

- **Corine BOMBLED** (professeur de yoga & danse) www.studiolotus333.com
- **Ecole de la Glisse** (école de surf) www.lecoledelaglisser.com

LOGEMENT:

Kaliko Hotel (3 étoiles)

112 Rue de la Chapelle, 64210 Bidart

<https://kalikobidart.com>

tél: 05 59 63 35 04

PROGRAMME (6 nuits, 7 jours)

JOUR 1: samedi 4 avril 2026

Début du séjour - rdv à l'hôtel Kaliko à Bidart à partir de 14h check-in

19h Cercle d'ouverture

20h dîner ensemble à Kaliko Hôtel (repas inclus)

JOUR 2 : dimanche 5 avril

7h-7h30 Méditation

7h30-9h Yoga Matinal

9h30-10h30 Petit déjeuner

Temps libre pour explorer la ville de Bidart, la plage, repos...

17h-19 Yin Yoga

19h30 Dîner libre pas inclus

Temps libre

JOUR 3 : lundi 6 avril

7h-7h30 Méditation

7h30-9h Yoga Matinal

9h30-10h30 Petit déjeuner

11h30-13h30 Atelier surf (partenariat avec Ecole de la Glisse)

Après-midi temps libre

17h-19h Yin Yoga

19h30 Dîner libre pas inclus

Temps libre

JOUR 4 : mardi 7 avril

7h-7h30 Méditation

7h30-9h Yoga Matinal

9h30-10h30 Petit déjeuner

Temps libre

17h-19h Yin Yoga

19h30 Dîner libre pas inclus

Temps libre

JOUR 5 : mercredi 8 avril

7h-7h30 Méditation

7h30-9h Yoga Matinal

9h30-10h30 Petit déjeuner

11h30-13h30 Atelier surf (partenariat avec Ecole de la Glisse)

Après-midi temps libre

17h-19h Yin Yoga

19h30 Dîner libre pas inclus

Temps libre

JOUR 6 : jeudi 9 avril

7h-7h30 Méditation

7h30-9h Yoga Matinal

9h30-10h30 Petit déjeuner

Temps libre

17h-19h Yin Yoga et cercle de clôture

19h30 Dîner ensemble à Kaliko Hôtel (repas inclus)

Temps libre

JOUR 7 : vendredi 10 avril

7h30-10h30 Petit déjeuner libre

Check-out avant 11h

Fin séjour

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL/ACCES

RDV à Kaliko Hôtel à Bidart. Chacun est autonome pour arriver sur le lieu de séjour. Possibilité d'organiser un covoiturage. Possibilité d'arriver en train ou par avion.

FIN DU SEJOUR

Fin du séjour le vendredi 10 avril 2026 - check-out à 11h de l'hôtel Kaliko. Chacun est autonome pour le retour chez eux. Possibilité d'organiser un covoiturage. Possibilité de partir en train ou par avion.

FORMALITES

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

HEBERGEMENT

L'hôtel et bistro Kaliko est un hôtel 3 étoiles situé à Bidart, à 200m de la plage. L'hôtel propose des chambres double (en lit séparés ou 1 lit double en chambre privé). Le tarif du séjour est en fonction du choix de chambre (chambre double partagée ou chambre privée). Une salle de yoga est à disposition dans l'hôtel et sera utilisée pour la pratique de yoga le matin et le soir selon la météo. Quand la météo le permet, la pratique de yoga sera en extérieur sur la plage ou dans le jardin de l'hôtel.

LES REPAS

Certains repas sont inclus dans le séjour. Les dîners inclus (2 dîners) ont lieu à l'hôtel/ Bistro Kaliko. Les participants auront le choix entre un repas végétarien le soir ou poisson.

Tous les petits déjeuners sont inclus à l'hôtel.

Pour les repas non inclus, les participants sont libres de manger où ils le souhaitent. La ville de Bidart avec les cafés et restaurants se trouve à pied de l'hôtel Kaliko.

NIVEAU

Ce séjour de Yoga et Surf est adapté pour tous niveaux de pratiquant. Aucune expérience ni en yoga ni en surf n'est requise. L'excursion de vélo électrique est également adaptée pour tout niveau. Les cours de surf peuvent être annulés dans le cas où la météo ne le permet pas selon l'avis et le conseil des encadrants. Les jours et les horaires des cours de surf et l'excursion à vélo électrique peuvent varier selon la météo.

** Corine n'étant pas diplômée pour la surveillance des baignades, celles-ci restent sous votre entière responsabilité. La baignade dans la piscine de l'hôtel est également sous votre responsabilité.*

ENCADREMENT

Les cours de Yoga seront encadrés par:

- **Corine BOMBLED** (professeur certifiée en Yoga et danse - D.E. danse contemporaine)

tél: 07 88 30 34 99 / site: www.studiolotus333.com

Les cours de surf seront encadrés par:

- **Ecole de la Glisse** (école de surf) www.lecoledelaglisse.com

GROUPE

Le nombre minimum pour assurer le départ est 6 personnes et le nombre maximum de participants 10 personnes.

MATERIEL FOURNI

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

- tapis de yoga
- bolsters
- brique (1 par personne)

Sortie excursion surf:

- tout le matériel pour les cours de surf est fourni (planche de surf, combinaison...)

TRANSFERTS

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

EQUIPEMENT CONSEILLE

- vêtements confortables
- gourde
- petit sac à dos
- trousse de toilette
- vêtements chaud pour marcher
- affaires pour soleil (casquette, lunettes de soleil...)
- cahier et stylo
- maillot de bain
- serviette de plage

DATES ET PRIX

4-10 avril 2026 (6 nuits, 7 jours)

chambre double, lit séparé - 1300€ (tarif promo 1100€) - 10 places disponibles

chambre simple (lit double) - 1500€ (tarif promo 1300€) - 10 places disponibles

*** le séjour est pour 10 personnes max**

LE PRIX COMPREND

- 7 jours et 6 nuits à l'hôtel Kaliko (3 étoiles)
- accès à la piscine et les espaces jardins à l'hôtel
- tous les cours de yoga et de méditation (matin et soir)
- 2 cours de surf (1h30-2h le cours) et tout l'équipement de surf
- tous les petits déjeuners à l'hôtel Kaliko

- 2 repas dîner à l'hôtel Kaliko (samedi 4 avril et jeudi 9 avril) option végétarien ou poisson
- taxe de séjour
- linge de maison et serviette de bain

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les repas non mentionnés dans "le prix comprend"
- Les boissons et repas à l'extérieur du séjour
- 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 NUNAM ADVENTURES

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

Corine reste votre interlocuteur principal 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 ADVENTURES**, 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 ADVENTURES**. Bien entendu, nous restons à votre disposition pour toute question complémentaire.*

Merci pour votre enthousiasme et confiance,

Corine & NUNAM ADVENTURES