



RETRAITE DE YOGA

Grèce - Kastellorizo



DU 11 AU 18 OCTOBRE 2021

Description générale

RETRAITE DE YOGA EN GRÈCE
DU 11 AU 18 OCTOBRE 2021
ANIMÉ PAR LOÏC MORICE,
PROFESSEUR D'ASHTANGA (200H), VINYASA (500H), HATHA (500H)



YOGALAND organise, en octobre 2021, une *retraite de yoga en Grèce*.

Il nous tient à cœur d'allier dépaysement, découverte et yoga. Pour cette édition, vous serez content car nous prenons la direction de la Méditerranée, pour aller sur l'île grecque de Kastelorizo.

*Évadez-vous dans notre retraite de yoga,
plongez dans les couleurs méditerranéennes
et la douceur du climat ...*

Du *lundi 11 octobre au lundi 18 octobre 2021*, les participants à cette retraite seront accueillis dans le charmant hôtel vue sur mer « Le Mediterraneo », composé de 8 jolies chambres.



Programme

Le stage de yoga débutera par la séance du soir le lundi 11 octobre pour se terminer par la séance du soir le dimanche 18 octobre.

- **Pratique le matin de 8h30 à 11h30** : Pranayama +Meditation + vinyasa yoga
- **Pratique en fin d'après-midi de 17h00 à 18h30** : yoga Nidra / yin yoga / Restorative yoga
- **Le vendredi 15 octobre** : matinée libre. Possibilité de visiter le marché et la ville de Kas en Turquie.

Tout un programme d'enseignement de yoga, complété par un séjour culturel et de détente absolue ...

Dans un lieu parfait pour décrocher du quotidien et se reconnecter à soi !



Lieu du séjour

Le lieu d'hébergement : Mediterraneo, hôtel de charme de 8 chambres.

Visitez le site de l'hôtel : <http://www.mediterraneo-megisti.com>



Que faire les après-midi ?

- **Possibilités à l'hôtel (gratuit) :** Au départ de l'hôtel : kayak, randonnées, nage, paddle, vélos,
- **Activités payantes sur réservation :** Visite de la ville de Kas (en turquie) et son marché, découverte de la grotte bleue, massages, ...



Tarif du séjour

Tarif en chambre double : 895 euros/pers

Tarif pour la suite : 995 euros/pers

Le tarif comprend l'hébergement (7 nuits en pension complète*) et le stage de yoga.

* Pension complète sur 5 jours / 2 dîners libres / le jeudi soir et le samedi soir.

Accès et transports

Pour se rendre sur l'île, je conseille la compagnie régulière grecque **Aegean Airlines** qui propose des vols directs de Paris à Rhodes 3 fois par semaine.

À l'aller, il faut passer une nuit à **Rhodes**.

Il y a des ferries **de Rhodes à Kastellorizo** le lundi matin et le vendredi matin à 7h (traversée 2h40) et l'avion de Rhodes lundi, mercredi, vendredi, samedi et dimanche matin (Rhodes-Kastellorizo-Rhodes, durée 40 min).



Modalités d'inscription



Inscription par mail : yogalandondres@gmail.com

Réservation confirmée après réception d'un acompte de 300 euros.

Date limite d'inscription : 4 août 2021


YOGALAND
O N D R E S - H O S S E G O R