



**PILATES
&
MARCHE**

123
Respire



**ILE D'OLERON
4 AU 7
MAI 2023**



**SEJOUR
DECONNEXION**

**L'ESPACE
LE CALME
L'AIR MARIN**



**VILLA EN
BORD DE MER**

Informations pratiques :

- Séjour de 4 jours et 3 nuits en pension complète
Du jeudi 4 Mai au dimanche 7 Mai 2023
- Pilates, Stretching, Yoga , 6 sessions
Marche : plage et sentier, avec et sans bâtons
Tout le matériel est fourni sur place (tapis de gym, linge...)
- Places limitées à 8 participants. (4 inscrits minimum)
Tarif en chambre double (2 lits 90cm) : 350€
En chambre simple (1 grand lit) : 400€
Salle de bain partagée pour 2 chambres
- Règlement 50% lors de la réservation
Clôture des inscriptions 15 Avril 2023
- En voiture : 5h depuis Paris
En train : Paris-La Rochelle 3h + transfert à l'arrivée 1h
(transferts organisés le jeudi midi et dimanche début d'après-midi)

Informations et Réservation : Caroline
06 15 14 80 70 123respire@orange.fr

123
Respire