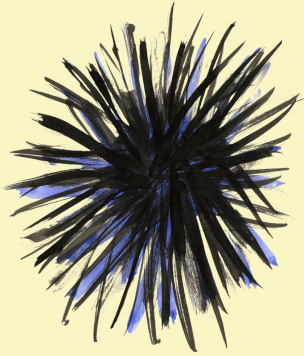




07^{18H} HATHA YOGA

Une séance mêlant Yin et Yang, pour respirer consciemment, unir corps et esprit, retrouver son alignement.
avec MURIEL, 30 euros

12^{18H} YIN YOGA

Glisser souffle et lumière dans le corps pour libérer les tensions et accueillir les émotions. Présence, amour et gratitude.
avec MILKY WAY YOGA, 30 euros

17^{9H} HATHA YOGA

Une séance mêlant Yin et Yang, pour respirer consciemment, unir corps et esprit, retrouver son alignement.
avec MURIEL, 30 euros

20^{8H30} RETOUR AU SOUFFLE

Une parenthèse pour se reconnecter au souffle à Travers une pratique guidée, suivi d'un petit-déjeuner, puis d'un accès plage et piscine.
avec NANA, 50 euros

24^{9H} HATHA YOGA

Une séance mêlant Yin et Yang, pour respirer consciemment, unir corps et esprit, retrouver son alignement.
avec MURIEL, 30 euros

26^{15H} COSMÉTIQUE BOTANIQUE

Découvrez la botanique du Sud dans un atelier sensoriel, créatif et naturel, pour réaliser un stick à lèvres. Dès 7 ans.
avec ESTELLE, 35 euros adulte, 30 euros enfant

03^{17hH30} PILATES

Une pratique fluide qui réveille le centre, anime la colonne, libère les tensions et harmonise corps, souffle, mouvement.
avec MARIE-JULIE, 30 euros

05^{9h} AQUASOIN

Ce soin aquatique, en tête à tête avec Muriel pour flotter, ralentir, revenir à soi. Plus aucune résistance dans ce retour à la matrice.
avec MILKY WAY, 120 euros

10^{9H} HATHA YOGA

Une séance mêlant Yin et Yang, pour respirer consciemment, unir corps et esprit, retrouver son alignement.
avec MURIEL, 30 euros

14^{18H} HATHA YOGA

Une séance mêlant Yin et Yang, pour respirer consciemment, unir corps et esprit, retrouver son alignement.
avec MURIEL, 30 euros

18^{10H} AQUATRaining

Une séance dynamique pour bouger, renforcer, prendre soin de soi, alliant forme, bien-être et plaisir.
avec LAURIANE, 30 euros

21^{18H} HATHA YOGA

Une séance mêlant Yin et Yang, pour respirer consciemment, unir corps et esprit, retrouver son alignement.
avec MURIEL, 30 euros

25^{10H} AQUATRaining

Une séance dynamique pour bouger, renforcer, prendre soin de soi, alliant forme, bien-être et plaisir.
avec LAURIANE, 30 euros

26^{15H} AFRO VIBES

Du Yoga pour se reconnecter à son corps et de l'AfroVibes pour relâcher, danser et vibrer. Du partage et de la joie.
avec HACHIMIA ET LAURA, 50 euros

04^{10H} AQUATRaining

Une séance dynamique pour bouger, renforcer, prendre soin de soi, alliant forme, bien-être et plaisir.
avec LAURIANE, 30 euros

06^{8H30} RETOUR AU SOUFFLE

Une parenthèse pour se reconnecter au souffle à Travers une pratique guidée, suivi d'un petit-déjeuner, puis d'un accès plage et piscine.
avec NANA, 50 euros

11^{10H} AQUATRaining

Une séance dynamique pour bouger, renforcer, prendre soin de soi, alliant forme, bien-être et plaisir.
avec LAURIANE, 30 euros

15^{10H} AQUATRaining

Une séance dynamique pour bouger, renforcer, prendre soin de soi, alliant forme, bien-être et plaisir.
avec LAURIANE, 30 euros

18^{19H} SONOTHÉRAPIE

Une immersion sonore profonde portée par les fréquences des bols en cristal et bols chantant, du gong et de la voix ouvrant introspection et régénération.
avec LEA, 30 euros

22^{10H} AQUATRaining

Une séance dynamique pour bouger, renforcer, prendre soin de soi, alliant forme, bien-être et plaisir.
avec LAURIANE, 30 euros

25^{19H} SONOTHÉRAPIE

Une immersion sonore profonde portée par les fréquences des bols en cristal et bols chantant, du gong et de la voix ouvrant introspection et régénération.
avec LEA, 30 euros

28^{18H} HATHA YOGA

Une séance mêlant Yin et Yang, pour respirer consciemment, unir corps et esprit, retrouver son alignement.
avec MURIEL, 30 euros

29^{10H} AQUATRaining

Une séance dynamique pour bouger, renforcer, prendre soin de soi, alliant forme, bien-être et plaisir.
avec LAURIANE, 30 euros

LE PROVENÇAL



113 Place Saint Pierre
PRESQU'ÎLE DE G
TEL +33 4 98 04 54 54