

Scénario printemps 2020

*Les chambres sont disponibles à compter de **16 h** et devront être libérées pour **11 h**.
(Minimum : 20 personnes, maximum : 25 personnes)

Vendredi 27 mars (jour 1) Arrivée 15 h

- 15 h à 16 h Cocktail de bienvenue & pause-café collation végétarienne
- **16 h Prise de possession des chambres et temps libre**
- 17 h à 18 h Yoga
- 18 h Souper
- 19 h 30 Activité soir – Feu de joie animé

Samedi 28 mars (jour 2)

- 7 h 30 à 8 h 30 Méditation
- 8 h 30 à 10 h Déjeuner
- 10 h à 11 h Yoga
- 12 h 00 Lunch & temps libre
- 15 h à 16 h Conférence (*Introduction à l'Ayurvédā et connaissance de ses Doshas*)
- 18 h Souper
- 19 h 30 Randonnée en raquettes au flambeau animée* (*selon les conditions météorologiques*)

Dimanche 29 mars (jour 3) Départ 13 h 30

- 7 h 30 à 8 h 30 Méditation
- 8 h 30 à 10 h Déjeuner
- **10 h à 11 h Temps libre *merci de libérer votre chambre pour 11 h**
- 11 h à 12 h Yoga
- 12 h à 13 h 30 Lunch
- 13 h 30 Départ

Tarifs incluant les taxes :

- 499 \$ en occupation simple ou
- 399 \$ par personne en occupation double

*****Une collecte de fonds de 300 \$ par personne est requise pour participer à cette retraite
caritative*****

Merci à nos partenaires :

