

SUMMER RETREAT PROVENCE

YOGA - MOUVEMENT - WELLNESS

VILLA DES BAUMES

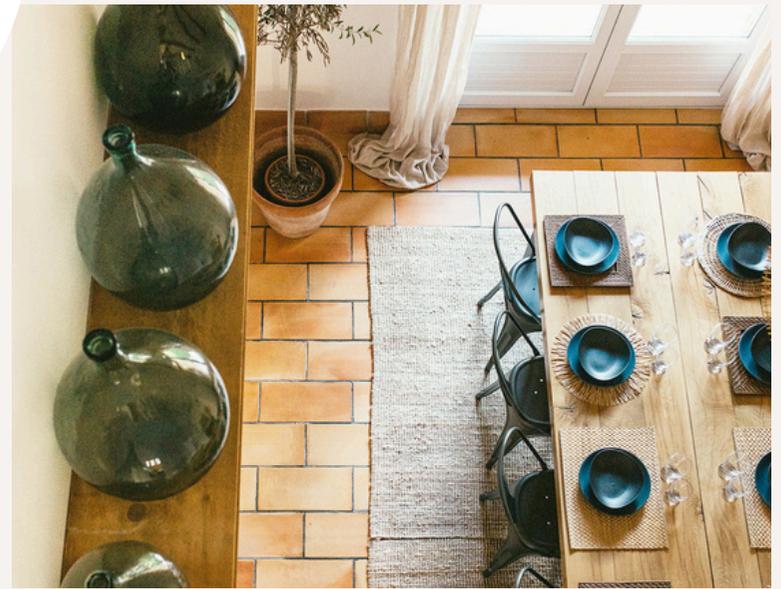
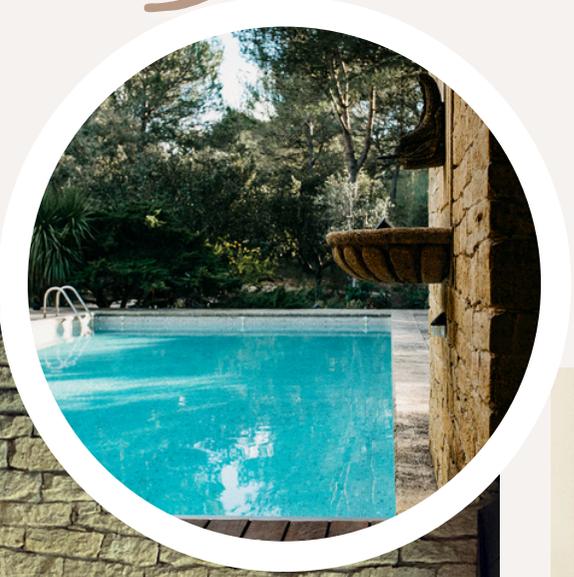
DU 7 AU 10 JUILLET

AVEC CHARLOTTE SUMIAN-HUBENER

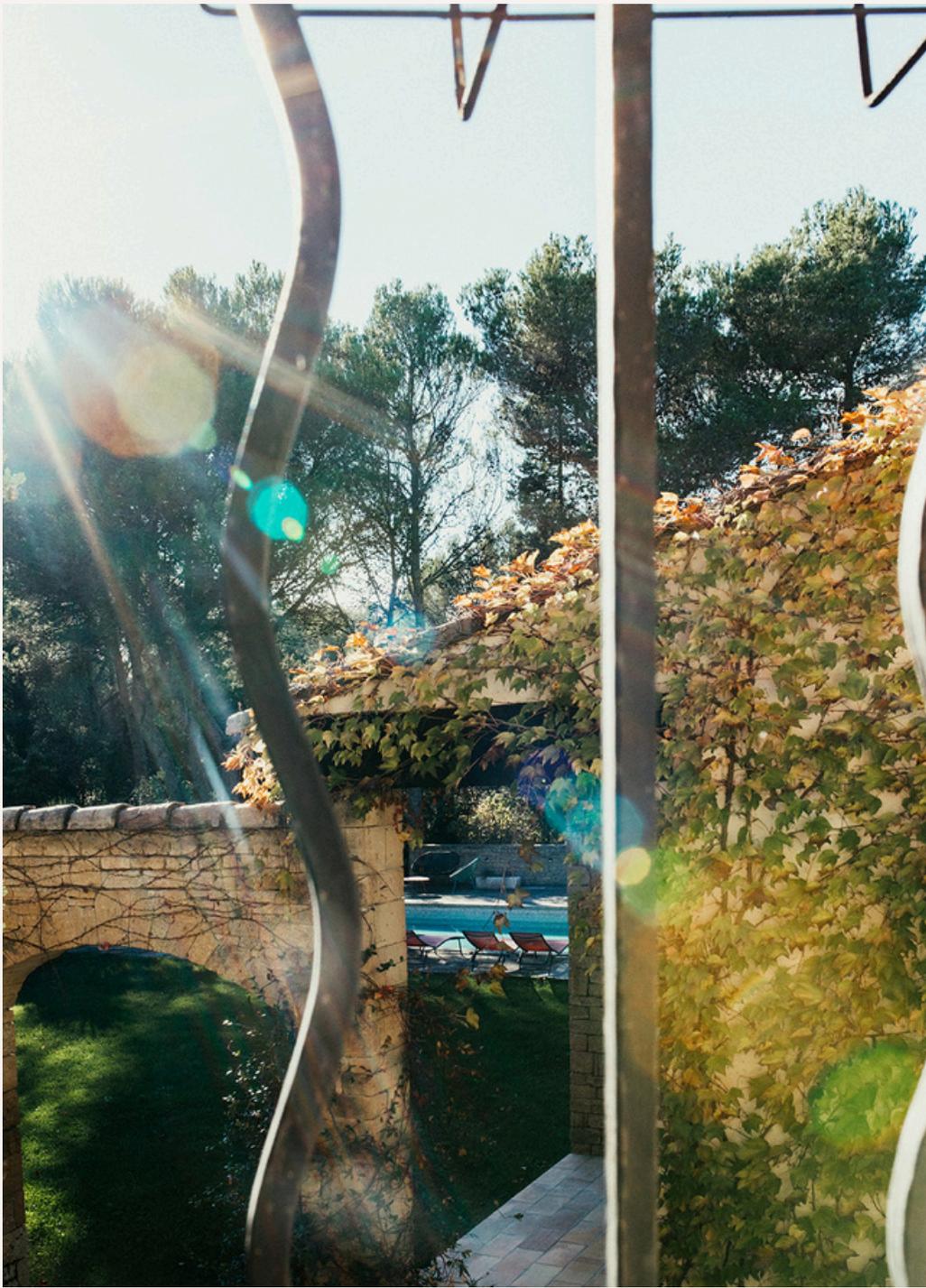
**INFOS / RESERVATIONS :
SUMIAN.CHARLOTTE@GMAIL.COM**

PROVENCE

Villa des Baumes

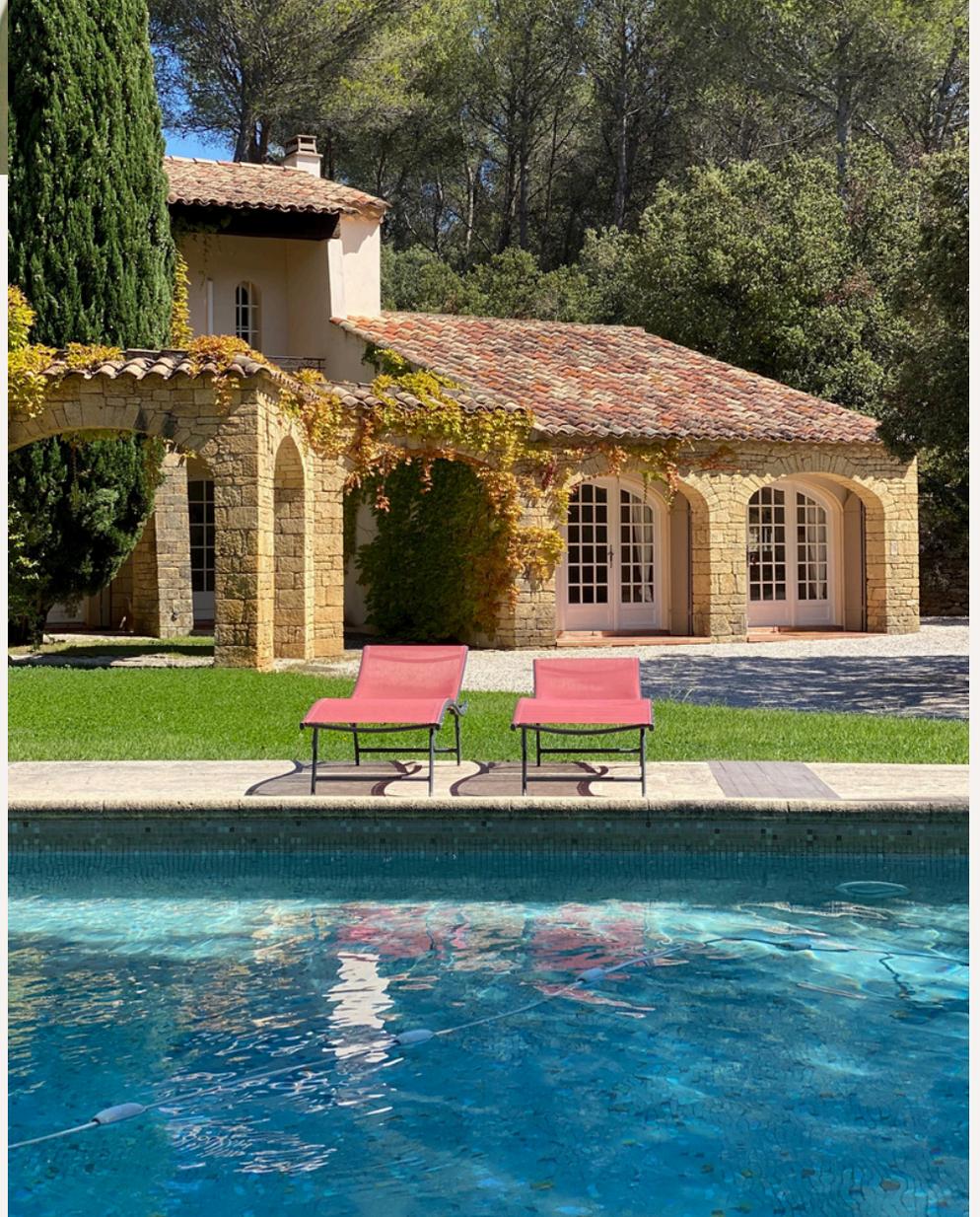


www.villadesbaumes.com
[@villa_des_baumes](https://www.instagram.com/villa_des_baumes)
[@omaya.yoga](https://www.instagram.com/omaya.yoga)



YOGA VINYASA
ATELIER YOGA & MOUVEMENT
PRANAYAMA
MEDITATIONS
BIEN-ÊTRE & NUTRITION
PISCINE
SAUNA
MASSAGE

Un séjour dédié au Yoga,
au mouvement et au bien-être,
pour vous reconnecter à votre corps
et vous ressourcer
au coeur de la Provence.

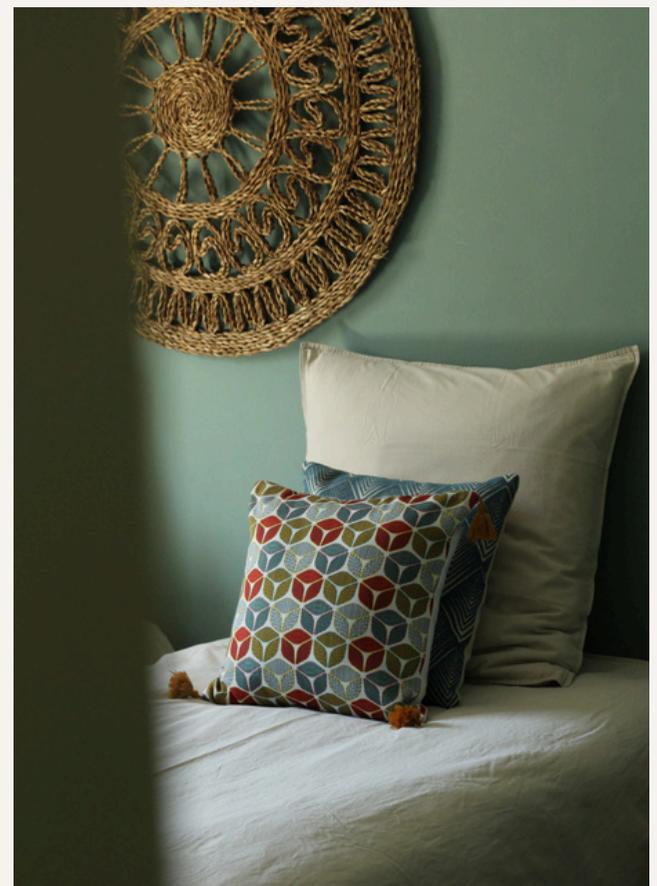
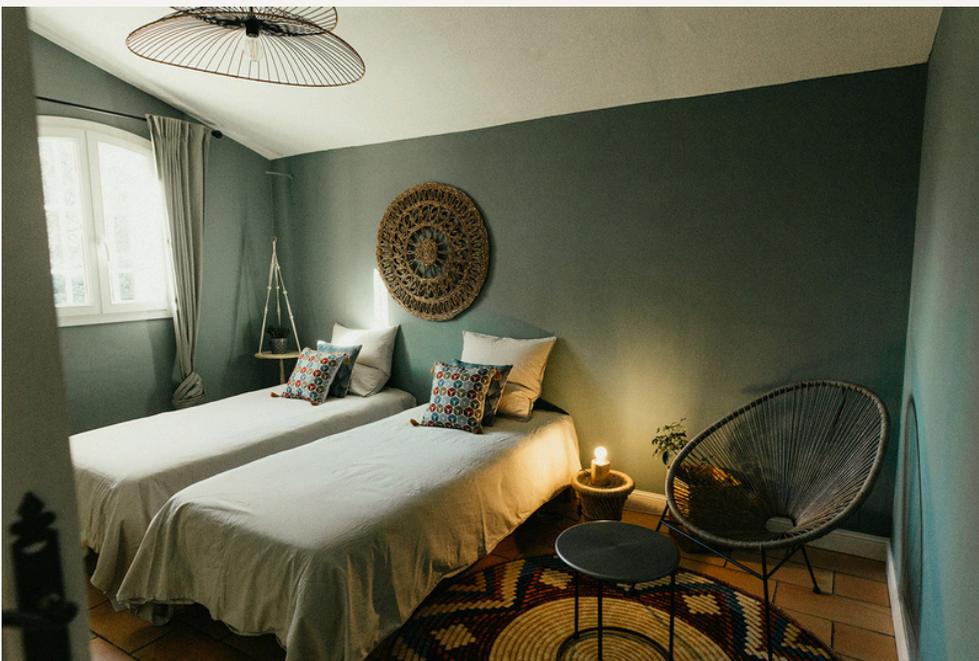
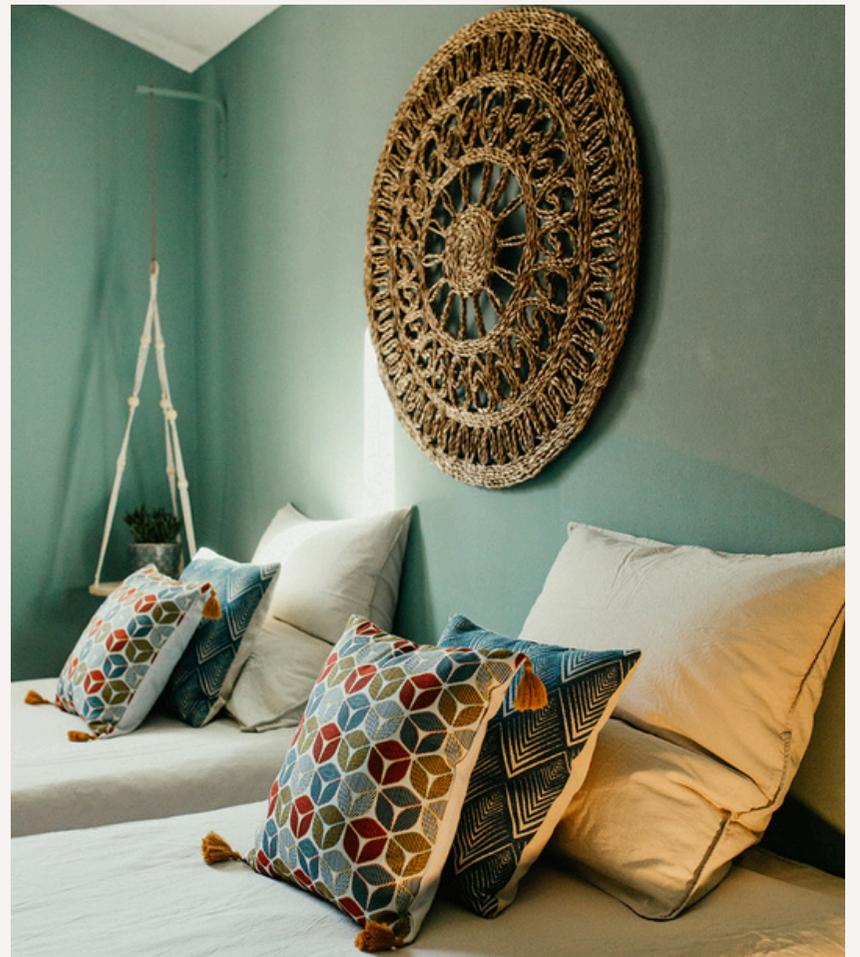


La villa possède trois chambres ainsi qu'un studio.
Le studio Olea, de plein pied est indépendant de la villa, et fait face au jardin.
La chambre Musa bajoo possède une fenêtre avec vue sur la colline, tandis
que les deux autres chambres s'ouvrent sur un balcon surplombant le patio
avec le cyprès, et offrant une vue sur le jardin et la piscine.
Toutes les unités sont équipées du chauffage central et de la climatisation.
Elles sont toutes dotées de couchages simples (single) .



Chambre Musa

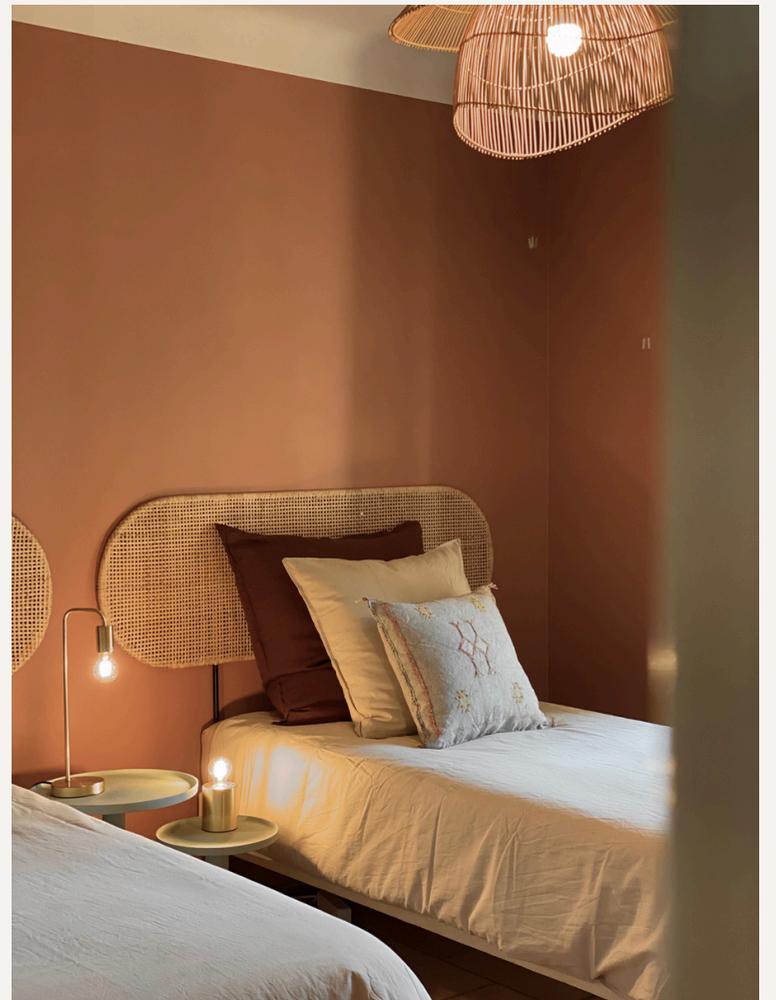
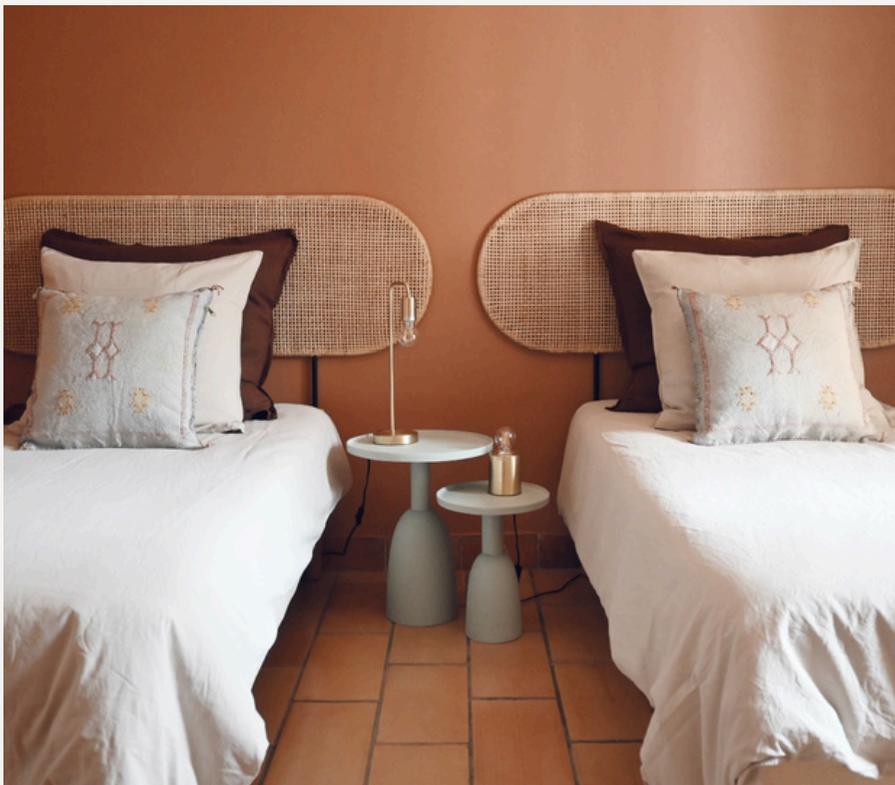
*superficie : 12m carrés
2 lits 90x200
ou 1 lit 180x200
climatisation
vue sur la colline
salle de bain et WC communs avec
Aeonium*



Chambre Aoenium



*superficie : 15m carrés
3 lits 90x200
ou 1 lit 180x200 + 1 lit 90x200
chauffage central
climatisation
balcon
vue sur le jardin et la patio
salle de bain et WC communs avec
Musa*



Chambre suite pakira



*superficie : 18m carrés
3 lits 90x200
ou 1 lit 180x200 + 1 lit 90x200
chauffage central
climatisation
balcon
vue sur le jardin et le patio
salle de bain et WC privatifs*



Studio Olea

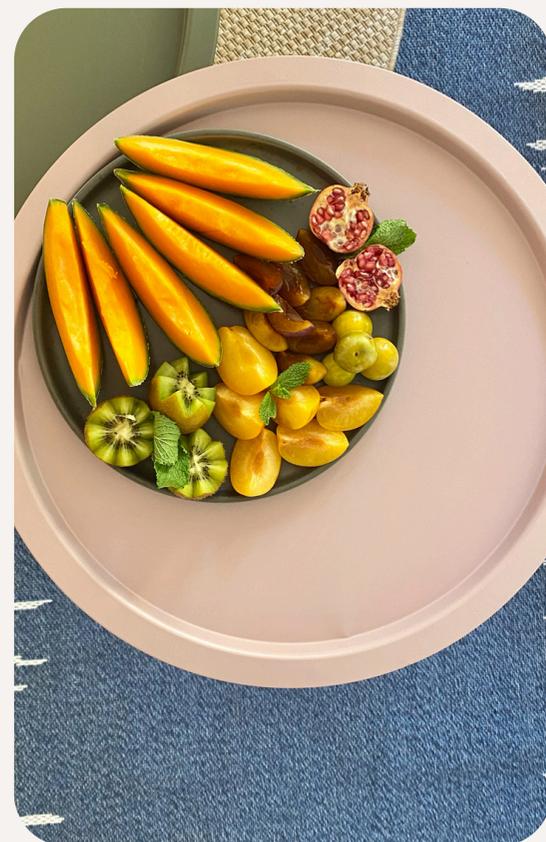


*superficie : 40m carrés
4 lits 90x200
ou 2 lit 180x200
chauffage central
climatisation
vue sur le jardin
salle de bain et WC privatifs
Kitchenette*



Nourriture

SAINE ET GOURMANDE



Repas préparés par un chef sur place
Brunchs et Diners végétariens
Convivialité et partage autour d'une
nourriture saine et variée





YOGA

YOGA STUDIO

TAPIS ET ACCESSOIRES FOURNIS



VOTRE PROFESSEUR

Charlotte Samian Habener

Charlotte est une danseuse et acrobate originaire d'Aix-en-Provence . Depuis qu'elle a découvert le yoga en 2009, elle y trouve une manière d'unir le corps, le souffle et la présence. Ses voyages lui ont permis de nourrir sa pratique et son enseignement de nombreuses influences. Aujourd'hui professeure passionnée, elle organise des retraites chez elle dans les Landes et ailleurs comme à Bali en 2025 .et en Provence cette année , un rendez vous très attendu . Charlotte vous accompagnera tout au long de ce séjour à travers une pratique fluide et consciente, mêlant ancrage, légèreté et liberté de mouvement. Une invitation à retrouver l'harmonie entre le corps et l'esprit.



Programme

Mardi 7 Juillet

Arrivées dans l'après midi
Installation / Cérémonie d'ouverture
Dîner convivial



Mercredi 8 Juillet

8h30 Pranayama / méditation /
Yoga Vinyasa matinal
10H30 / Brunch
Temps libre / piscine / massage /
Promenade
17H30 Yoga Danse Flow
19H30 Dîner

Jeudi 9 Juillet

8h30 Pranayama / méditation /
Yoga Vinyasa Dynamique
10H30 / Brunch
Temps libre / piscine / massage /
Promenade
17H30 Yoga Danse
19H30 Dîner

Vendredi 10 Juillet

8h30 Pranayama / méditation /
Yoga Ashtanga
10H30 / Brunch
Départs

Places limitées

Prix du séjour

890€ par personne

Reservations par mail:
sumian.charlotte@gmail.com



OMAYA YOGA & VILLA DES BAUMES

7 - 10 JULY

PROVENCE - FRANCE