



18 JUILLET 2025

WEEK-END YOGA A BORDIGHERA

Retrouver un équilibre, de l'énergie, du plaisir dans votre vie avec les joies du souffle

NATHA YOGA AZUR, 20 ans d'enseignement de yoga, yogathérapie, retraites, stage, vous invite à une retraite unique de yoga dans le cadre enchanteur de Bordighera, en Italie, du vendredi 18 juillet au dimanche 20 juillet 2025. Une expérience de relaxation, de bien-être et d'apprentissage personnel, idéale pour ceux qui souhaitent allier pratique de yoga et découverte d'un environnement naturel exceptionnel.

AGRILUNASSA est une maison d'hôtes spécialisée dans les retraites de yoga, avec 2 chambres de 3 lits et une chambre de 4 lits, ainsi qu'une splendide salle de yoga avec de grandes baies vitrées donnant sur la mer.

Cette retraite comprend deux nuits au resort avec une arrivée sur place dans l'après-midi du vendredi, un apéritif agapes, une présentation du programme en soirée suivie d'un dîner. La journée du samedi inclut deux séances et deux repas (brunch et dîner). Celle du dimanche comprend une séance le matin. Départ en début d'après-midi le dimanche. Déjeuner libre.

Programme de yoga axé sur le système endocrinien.

L'objectif est d'acquérir une méthode de yoga simple, accessible à tout public permettant d'équilibrer et d'entretenir son système endocrinien.

www.natha-yoga-azur.com



WEEK-END YOGA
A BORDIGHERA
ITALIE

PROGRAMME

Retrouver la santé, l'énergie grâce à une amélioration de votre système endocrinien

Pour toutes informations complémentaires consulter l'onglet retraite yoga sur notre site web

RETRAITE YOGA

Ouverte à tout public

10 places disponibles

RESERVATIONS

06 84 49 96 22

nathayogaazur@gmail.com

www.natha-yoga-azur

TARIF 350 €

Acompte de 150 €
à verser à l'association
NATHA YOGA AZUR
avant le 10 mai 2025

ECO GUESTHOUSE AGRILUNASSA

VIA LUNASSA 10 - STRADA DELLA
CAVA 18 012 BORDIGHERA-ITALIA