



Vacances bien-être Aux Chalets de Rosaël

LA MATINEE DU YOGA

Le mardi de 9h à 12h

Profitez de vos vacances pour découvrir ou pratiquer le yoga. Un cours détaillé et des conseils ayurvédiques pour pouvoir ensuite pratiquer en autonomie

Tarif : 35 €

LA COCOON DAY

Le mardi toute la journée

Une journée rien qu'à soi, pour se ressourcer, se détendre et repartir avec des conseils pour adopter une nouvelle hygiène de vie.

Le matin : yoga de 9h à 12h + repas végétarien et bio au soleil en terrasse.

L'après-midi : piscine, hammam, sauna + massage de 30 mn. **Tarif : 135 €**

PASS BIEN ETRE SEMAINE

Vous ne skiez pas mais vous voulez profiter de vos vacances pour ressourcer ? Ce pass est fait pour vous ! Laissez-vous chouchouter avec **une matinée du yoga, 2 massages ayurvédiques de 30 mn, un massage de 50 mn, une matinée de marche méditative et yoga en plein air et une balade en raquettes** en 1/2 journée **Tarif : 270 €**

Réservation en ligne www.escale-zen.fr
ou **00 33 (0) 650.886.235**