

WEEKEND YOGA

LE MOULIN DE TESSÉ

DU 27 AU 29 JANVIER

dans un éco lieu magique et enchanteur
à seulement 45 minutes de Paris



10H DE PRATIQUE

dans un magnifique shala situé au-dessus de la roue du Moulin, bercé par l'eau qui chante et le feu qui crépite dans la cheminée.

VINYASA FLOW & ATELIERS

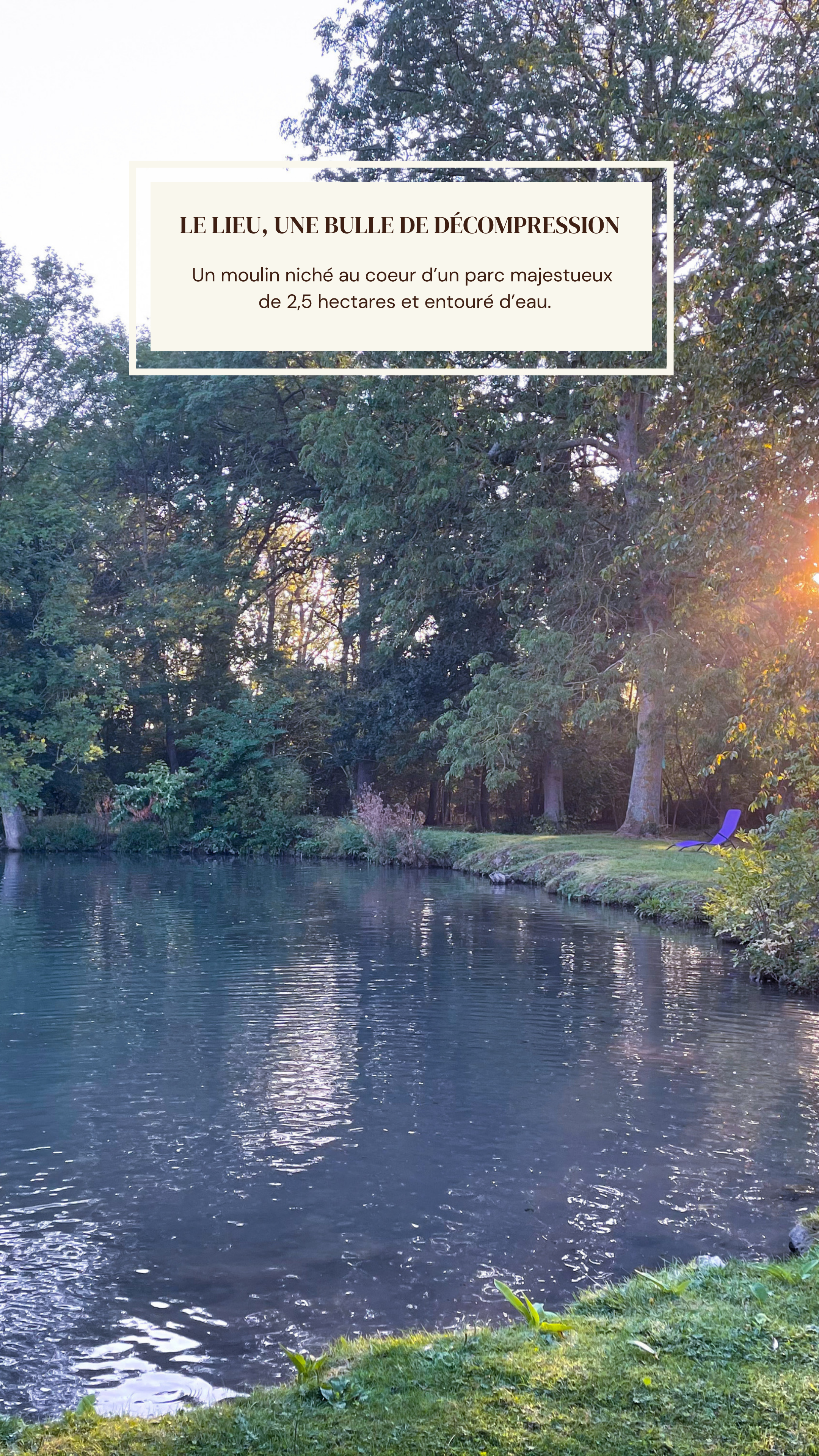
Backbend, inversions, hanches, souplesse des jambes

YIN YOGA

MÉDITATION & BAINS SONORES

LE LIEU, UNE BULLE DE DÉCOMPRESSION

Un moulin niché au coeur d'un parc majestueux
de 2,5 hectares et entouré d'eau.





**UNE CUISINE VÉGÉTALE,
SAVOUREUSE ET RÉCONFORTANTE**

Une cuisine vivante préparée avec amour, des ingrédients bio soigneusement sélectionnés et provenant des supermarchés solidaires et des fermes biologique locales.





TARIFS

260 € pour l'hébergement en chambre partagée et en pension complète
(chambre solo possible mais limitée avec supplément)

140€ de frais pédagogique

soit 400 €

ACCÈS Moulin de Tessé, Flexanville, dans les Yvelines

En voiture : 40 min de la Porte d'Auteuil

En train : 45 min de la Gare Paris Montparnasse + navette ou taxi partagé



RESERVATION

**Week-end Yoga au Moulin de Tessé
du 27 au 29 janvier**

manonthouvenelyoga@gmail.com