

FEUILLE DE ROUTE IMMERSION CROATIE



contact@balancezone.org

www.balancezone.org +33 6 01 73 29 00

Adresse : sur l'île de Hvar en bord de mer . Nous vous réceptionneront à l'arrivée du ferry. Horaires proposées ultérieurement.

Logement :

Chambres pour 2 personnes avec lits simples ou double selon la demande.

Repas :

Tous les repas sont végétariens. Merci d'informer le bureau Balance Zone en avance, par mail, de toute intolérance alimentaire.

Planning immersion Ibiza:

Jour 1 :	Arrivée des stagiaires et formateurs. Après midi libre d'installation et repérage des lieux. 18h-20h	pratique de yoga
Jour 2 :	09h00-11h30 12h00-13h30 13h30-16h00 17h30-18h00 18h00-20h00 21h00-22h30	Yoga Brunch Théorie, recherches/pratiques pédagogiques Pause Yoga, méditation Dîner, temps d'échange
Jours 3 :	09h00-11h30 12h00-13h30 EXCURSION 21h00-22h30	Yoga Brunch Dîner, temps d'échange
Jour 4 :	09h00-11h30 12h00-13h30 13h30-16h00 17h30-18h00 18h00-20h00 21h00-22h30	Yoga Brunch Théorie, recherches/pratiques pédagogiques Pause Yoga, méditation Dîner, temps d'échange
Jours 5 :	09h00-11h30 12h00-13h30 EXCURSION 17h30-18h00 18h00-20h00 21h00-22h30	Yoga Brunch Pause Yoga, méditation Dîner, temps d'échange



FEUILLE DE ROUTE IMMERSION CROATIE

Jours 6 :	09h00-11h30	Yoga
	12h00-13h30	Brunch
	13h30-16h00	Théorie, recherches/pratiques pédagogiques
	17h30-18h00	Pause
	18h00-20h00	Yoga, méditation
	21h00-22h30	Dîner, temps d'échange

Jours 7 :	09h00-11h00	Yoga
	12h00-13h00	Brunch

		Départ
--	--	--------

