

## FEUILLE DE ROUTE IMMERSION IBIZA



[contact@balancezone.org](mailto:contact@balancezone.org)

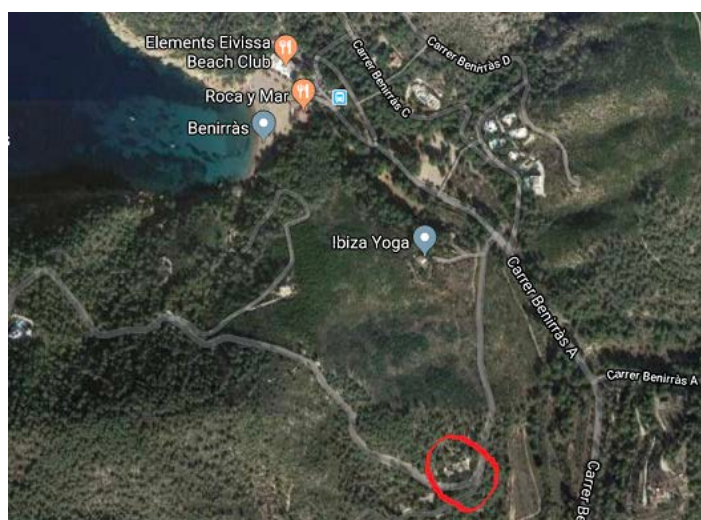
[www.balancezone.org](http://www.balancezone.org) +33 6 01 73 29 00

**Adresse :** Can Vidal, Benirràs, Ibiza (encerclé en rouge sur la carte)

*Google :* 39°05'05.2"N 1°27'26.3"E

**Vols recommandés :** Transavia, Vueling, Ryanair **Taxi de l'aéroport :** 20 minutes, environ 40 euros.

**Location voiture :** [doyouspain.com](http://doyouspain.com)



**Logement :**

**Can Vidal :**

piscine et studio de yoga en plein air, à 5 minutes de marche de la plage.

Studio fermé indoor : la Navé. Calle san miguel. San Juan Ibiza

Les chambres à la villa de Can Vidal sont doubles (lits une place).

**Repas :**

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

Planning immersion Ibiza:



Balance Zone, 4 rue Botzaris. 75019 Paris. Siret: 51761604100037. Agrément: 1175535337

## FEUILLE DE ROUTE IMMERSION IBIZA

<b>Jour 1 :</b>	Arrivée des stagiaires et formateurs. Après midi libre d'installation et repérage des lieux. 18h-20h                    pratique de yoga
<b>Jour 2 :</b>	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
<b>Jours 3 :</b>	09h00-11h30                    Yoga 12h00-13h30                    Brunch EXCURSION 21h00-22h30                    Dîner, temps d'échange
<b>Jour 4 :</b>	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
<b>Jours 5 :</b>	09h00-11h30                    Yoga 12h00-13h30                    Brunch EXCURSION 17h30-18h00                    Pause 18h00-20h00                    Yoga, méditation 21h00-22h30                    Dîner, temps d'échange
<b>Jours 6 :</b>	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
<b>Jours 7 :</b>	09h00-11h00                    Yoga 12h00-13h00                    Brunch Départ

