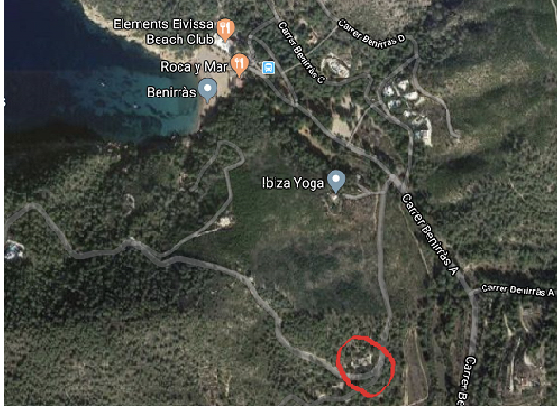


# IMMERSIONS YOGA VINYASA À IBIZA

## Du 23 avril au 1<sup>er</sup> Mai 2022



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)

*Nous transmettrons les mails des autres participants pour partage de taxi/voiture avant départ.*

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

*Nos retraites de yoga se déroulent à Ibiza, dans le nord de l'île, dans une petite crique qui s'appelle Cala Benirràs. Nous sommes immergés dans la nature, à 7 mn à Pied d'une petite plage de sable fin. Le studio de yoga en plein air est entouré de nature, protégé du soleil, le sol est en parquet. Les chambres sont doubles. Il y a des serviettes d'étoilettes et des draps de lits à disposition. Une machine à laver à disposition. Nous sommes à 20 mn de l'aéroport. Prendre un taxi jusqu'à la maison vous coûtera environ 40€. Nous vous enverrons ultérieurement les contacts de tous les stagiaires afin de partager des taxis ensemble. Vous avez également la possibilité de louer une voiture. Site conseillé : [www.doyouspain.com](http://www.doyouspain.com). Nous vous conseillons de louer une voiture afin d'être éautonomes si vous souhaitez visiter l'île en après midi ou en soirée, à votre guise. Cependant, si vos n'avez pas de voiture, vous pouvez profiter de la piscine et de la mer sur place. Menus végétariens Composés des aliments biologiques de l'île. Notre intention est de nous rassembler, en nature, afin de nous rapprocher de nous-même par le yoga, la méditation, la contemplation, prendre du temps de recul sur sa vie, ses choix, désirs et rêves. Le groupe est au service, à l'écoute, avec bienveillance et respect de l'espace de l'autre.*

- 1<sup>er</sup> jour : Arrivées  
Installation-découverte du lieux et des gens.  
Des collations sont à disposition au fil de la journée.  
20h30 : diner
- 2<sup>ème</sup> jour : 9h00-12h00 yoga vinyasa  
12h00-14h00 brunch  
17h00-19h30 yoga vinyasa -pranayama-Méditation  
20h30 : diner
- 3<sup>ème</sup> jour : 9h00-12h00 yoga vinyasa  
12h00-14h00 brunch  
17h00-19h30 yoga vinyasa -pranayama-Méditation  
20h30 : diner
- 4<sup>ème</sup> jour : 9h00-12h00 yoga vinyasa  
12h00-14h00 brunch  
14h00 Exploration de l'île  
17h00-19h30 yoga vinyasa sur le lieu d'exploration  
20h30 : diner  
20h30 : diner
- 5<sup>ème</sup> : 9h00-12h00 yoga vinyasa



# IMMERSIONS YOGA VINYASA À IBIZA

## Du 23 avril au 1<sup>er</sup> Mai 2022

- 12h00-14h00 brunch  
17h00-19h30 yoga vinyasa -pranayama-Méditation  
20h30 : diner
- 6<sup>ème</sup> jour :  
9h00-12h00 yoga vinyasa  
12h00-14h00 brunch  
14h00 Exploration de l'île.  
17h00-19h30 yoga vinyasa sur le lieu d'exploration  
20h30 : diner
- 7<sup>ème</sup> jour :  
9h00-12h00 yoga vinyasa  
12h00-14h00 brunch  
14h00 Exploration de l'île.  
17h00-19h30 yoga vinyasa sur le lieu d'exploration  
20h30 : diner
- 8<sup>ème</sup> jour :  
9h00-12h00 yoga vinyasa  
12h00-14h00 brunch  
17h00-19h30 yoga vinyasa -pranayama-Méditation  
20h30 : diner
- 9<sup>ème</sup> jour :  
Départs

**BALANCE ZONE**  
**IBAN : FR76 1027 80613700 0208 8100 148**

**BIC : CMCIFR2**

