



**UNE PARENTHÈSE HORS DU TEMPS,
POUR SE RÉCHAUFFER AU CŒUR DE L'HIVER**

Cocon d'Hiver

**20-22 FEVRIER 2026
À 2H DE PARIS**

Programme

LE PROGRAMME PROPOSÉ EST COMMUNIQUÉ À TITRE INDICATIF ET PEUT ÊTRE AMENÉ À ÉVOLUER, AFIN DE MIEUX S'ADAPTER À VOS ATTENTES ET AUX ÉVENTUELS AJUSTEMENTS NÉCESSAIRES.

VENDREDI

16H - ARRIVÉES

17H30 - CERCLE OUVERTURE

18H À 20H - VINYASA FLOW
FOCUS SOUPLESSE JAMBES

20H30 - DINER

SAMEDI

8H15 - THÉ, CAFÉ & SNACKS

9H À 11H30 - VINYASA
INVERSIONS

12H - BRUNCH

14H À 17H - TEMPS LIBRE
(OPTION MASSAGE PAYANTE)

17H À 19H30 - VINYASA
FLOW FOCUS BACKBENDS
& YIN

20H - DÎNER

DIMANCHE

8H15 - THÉ, CAFÉ & SNACKS

9H-11H30 - VINYASA FLOW
FOCUS ARM BALANCE

12H - BRUNCH

14H - CERCLE DE
FERMETURE

14H30 À 16H30 : DÉPARTS

**AUCUN NIVEAU PRÉREQUIS, MAIS UNE PRATIQUE
RÉGULIÈRE DU VINYASA EST RECOMMANDÉE.**



La cuisine

**AVEC CHEFFE CHACHA
DES REPAS VÉGÉTARIENS, GOURMANDS ET COLORÉS**

CHAQUE JOUR
UN BRUNCH GÉNÉREUX
UNE COLLATION RÉCONFORTANTE
UN DÎNER COMPLET
THÉ ET TISANES À VOLONTÉ

La maison

**NOUS SERONS ACCUEILLIS À YOGI HOUSE,
UN LIEU APAISANT ET RESSOURÇANT EN NORMANDIE**

**10 PERSONNES MAXIMUM
5 CHAMBRES PARTAGÉES (2 PERSONNES)
+ 3 SALLES DE BAIN PRIVATIVES ET 1 SALLE DE BAIN
PARTAGÉE
DRAPS EN GAZE DE COTON ET LINGE DE MAISON
FOURNIS
GEL & SHAMPOING ORGANIQUES, SÈCHE-CHEVEUX**

**GRANDE PIÈCE DE VIE, VÉRANDA AMÉNAGÉE, SALLE DE
YOGA ÉQUIPÉE (TAPIS, BRIQUES, ETC)**

**IL VOUS SERA ÉGALEMENT POSSIBLE DE RÉSERVER UN
MASSAGE PENDANT VOTRE SÉJOUR (TARIFS DE 40 À 80 €)**



Infos pratiques

3 JOURS – 2 NUITS POUR DÉCONNECTER

EN NORMANDIE À HABLOVILLE

ACCÈS

EN TRAIN + TAXIS : 1H50 DE PARIS MONTPARNASSE.

ARRÊT ARGENTAN (61) - 15 MN DE LA MAISON
(L'ALLER RETOUR PEUT SE FAIRE POUR MOINS DE 30EUROS)

VOITURE : 2H30 DE PARIS OUEST

Réservation

EARLY BIRD

- 460 EUROS CHAMBRE PARTAGÉE (2 PERS) + SALLE DE BAIN PARTAGÉE
- 480 EUROS CHAMBRE PARTAGÉE (2 PERS) + SALLE DE BAIN PRIVATIVE

+30 € POUR TOUTE INSCRIPTION APRÈS LE 20/12.

LES TARIFS INCLUENT HÉBERGEMENT, REPAS ET PRATIQUES DE YOGA

INSCRIPTION : ME CONTACTER PAR EMAIL (NATASHA.NEL@WANADOO.FR) OU INSTAGRAM + VERSEMENT D'UN ACOMPTE DE 230€

CONDITIONS D'ANNULATION

- 14 JOURS APRÈS PAIEMENT : REMBOURSEMENT INTÉGRAL
- JUSQU'À 30 JOURS AVANT : 50 % REMBOURSÉ
- MOINS DE 30 JOURS : NON REMBOURSABLE



**TOUS LES LITS SONT
MODULABLES EN 2 LITS
SIMPLES OU EN LITS DOUBLES**

