

A l'Ecole du Yoga

« Côté voyages 2023 »



Où ?

Petite île tranquille au centre de la mer Egée, au cœur des Cyclades dont elle est la capitale **Syros** se distingue par son patrimoine néo-classique, ses richesses culturelles et son charme si particulier

Quand ?

Du samedi 12 (après-midi) au samedi 19 juillet (matin)

Pour faire quoi ?

Les voyages proposés « à l'école du yoga » ont toujours une dimension culturelle, spirituelle et, bien sûr, des espaces/temps sont précisément consacrés aux enseignements et pratiques yogiques (4/5h par jour)

Cela n'exclut pas la plage, les balades (à pied, en bateau, en bus local, en voiture...), les boutiques, les saveurs grecques, les visites touristiques, la musique, le sirtaki, le raki et autres activités prévues dans le forfait ...

L'hébergement ?

Le bel Hôtel Alkyon (www.alkyonsyros.gr) est tout particulièrement destiné à accueillir avec simplicité et authenticité des séjours de ressourcement ! Toutes les chambres disposent d'une salle de bain, toilettes, balcon, réfrigérateur, ventilateur, climatisation, sèche-cheveux, téléviseur, mini coffre, musique ...

Les repas ?

Nous serons en demi-pension, petit déjeuner complet (continental), cuisine grecque traditionnelle, salades colorées, desserts maison, repas végétariens sur demande...

Espaces aménagés pour le yoga ?

Deux espaces à disposition : une salle polyvalente agréablement lumineuse et un bel espace extérieur bien ombragé

L'équipement ?

Coussin et tapis (de plage !) pour le yoga, basquets pour les balades, chapeau et lunettes de soleil, vêtements légers, chaussures aquatiques...

Combien ?

Prévoir plus ou moins 1500€ (hébergement/demi-pension : 770€, yoga : 300€, avion/bateau : entre 300 et 500€)

Se préinscrire ?

L'idée vous convient... mais... besoin d'y réfléchir ? une pré-inscription est préférable

S'inscrire ?

Dès maintenant et si possible avant fin avril 2023

*auprès de l'Hotel Alkyon

*auprès de l'école du yoga



A l'Ecole du Yoga, 17 Impasse René, 69500 Bron

yogalyon.fr

alecoleduyoga@yahoo.fr

06 48 38 02 28