



Programme de votre Week-end Detox 22 & 23 Avril

Animé par Alexia Argalia

- **Samedi** : Arrivée 8h30-9h au Gîte la Passemarié
à partir de 9h : jus Détox délicieux
10h-11h30 : Pratique de Détox Yoga
12h : préparation collective des Jus de légumes
13h-15h: temps libre (possibilité de massage sur demande en amont du stage) 15h - 16h30 : conférence "Principes d'une cure détox et rôle des émonctoires"
16h30 - 18h : Promenade en forêt et Sylvothérapie
18h30 : Repas (préparation collective)
Soirée : échanges libres autours du feu

- **Dimanche** :
à partir de 8h : jus Détox délicieux
9h30-11h : Pratique de Détox Yoga
12h : préparation collective des Jus de légumes
13h-15h : temps libre (possibilité de massage sur demande en amont du stage)
15h - 17h : ballade botanique à la découverte des plantes endémiques avec Elodie
17h - 18h : cataplasme d'argile pour détoxifier le foie
18h30 : votre jus à emporter pour finaliser la cure chez vous.

•Tarifs :

Stage (enseignement et repas) : 200€

Hébergement (1 nuit/personne) : 60€.
Réservation à faire avec Elodie, votre hôte, avant le 8 avril. Règlement au moment du séjour.



Adresse mail : giteslapassemarie@gmail.com

Portable : 06 15 43 42 84

Pour un montant total de :

- pension complète et stage : 260€



Séances de massage en supplément

(sur rendez-vous pris au préalable au moment de votre inscription) :

- Massage Californien d'1h : 60€
- Massage ayurvédique à l'huile chaude d'1h20 : 70€
- Massage du ventre Chi Nei Tsang d'1h : 50€

- Réflexologie plantaire de 50 min : 40€

• **Lieu** : Gîte La Passemarié, 81350- Andouque

<http://www.lapassemarie.com/>

• **Services**

Les draps et serviettes sont fournis. Merci de bien vouloir apporter vos produits de douche.

• **Repas**

Jus de légumes, programme Détox préparée par Alexia Argalia, naturopathe et formatrice passionnée.

Toute inscription requiert le règlement d'un acompte de 80€ par virement bancaire :

ASSOCIATION PRAKRITI

IBAN: FR76 1120 6200 1100 4972 0254 056

BIC: AGRIFRPP812

NB: l'acompte n'est pas remboursable en cas d'annulation de votre part. Il est toutefois reportable sur une autre personne que vous trouveriez pour vous remplacer.

Le solde final devra être réglé au plus tard durant la semaine qui précède le stage ou si préciser, sur place par chèque ou espèces.

Date de clôture des inscriptions : le 8 Avril 2023.

Au plaisir de vous retrouver !

Alexia Argalia