



Ayurveda en Provence Mas du Coussoul

www.ayurveda-provence.com

Programme mini cure Du samedi 28/01/2012 au mardi 31/01/2012

Voici le programme que je propose pour 480 euros en chambre double et 580 euros single.

Arrivée le samedi à partir de 13h00

14h Accueil + Thé

1°soin : Consultation puis Massage (abhyanga) détente (45 min)

19h00 repas

Dimanche

Lever, thé + petite balade.

Suivi de Yoga 1h15

Pt déjeuner

À partir de 10h00 Massage

12h30 Repas

Après midi libre et repos

17h30 Pranayama Méditation

19h00 repas

Lundi

Lever, thé + petite balade.

Suivi de Yoga 1h15

Pt déjeuner

À partir de 10h00 Massage

12h30 Repas

Après midi libre et balade

17h30 Pranayama Méditation

19h00 repas

Mardi

Lever, thé + petite balade.

Suivi de Yoga + Méditation 1h30

Pt déjeuner

À partir de 10h00 Massage + Kansu (massage des pieds)

12h00 Repas

Déjà fini...

www.ayurveda-provence.com

Tel. 003287228666 e-mail. ph.hansroul@skynet.be

Rue du Palais 147 4800 Verviers Belgique