🐬 Retraite de Yoga en Thaïlande, 9.-21. Décembre 2022 🐬

-------------------------------------------------- -------------------------------------------------- --------

🏝️ Rejoignez Dom Ananda et Andrea lors d'une belle retraite en Thaïlande où vous plongerez profondément dans votre pratique du Yoga et de la Méditation sur une petite île de la mer d'Andaman.

🧘Nous aurons un horaire fixe de méditation et de yoga le matin avec Dom Ananda et un cours de yoga doux l'après-midi avec Andrea. Chaque session est suivie d'une délicieuse cuisine thaïlandaise dans le complexe voisin. Durant la journée nous avons passé notre temps à profiter de l’océan, se détendre, s’initier au bodywork aquatique, cercle de partage, balades méditatives sous les étoiles…

🌊 Koh Chang, Ranong a son charme magnifique car il est encore très peu développé et pur. Il n'y a que peu de routes et de voitures et pas d'électricité gouvernementale.

✨Chez OmTao où la plupart d'entre vous séjournerez, nous offrons de l'électricité 24h/24 avec notre propre système solaire. Il y a quelques petites boutiques sur l'île où vous pouvez acheter quelques produits de première nécessité.

📅 Horaire de la retraite :

-------------------------------

• Arrivée à Bangkok le 9 décembre. Visite tranquille de Bangkok avec Dom Ananda, temps pour le massage, la nourriture délicieuse et la récupération du voyage

• Du 10 au 12 décembre visite Bangkok (China Town, Khao San road, Wat Pho, Wat Phra Kaeo &...)

• Bus de nuit pour Ranong le 12 décembre

• Arrivée à Ranong le 13 décembre au matin. Départ du bateau à 9h30

• Le 13 décembre faites connaissance avec le lieu et l'heure de la détente. Cercle de partage l'après-midi et dîner ensemble.

• Du 14 au 20 décembre Horaire journée complète

• Le 21 décembre fin de la retraite. Vous voudrez peut-être rester plus longtemps, continuer votre voyage ou retourner à Bangkok.

💰Prix de la retraite 920.- Euro

💑pour les couples ou les personnes qui souhaitent partager une chambre à Bangkok et sur Koh Chang 820.-

Le prix comprend l'hébergement, le transfert en bus de nuit de Bangkok à Ranong, le taxi de l'aéroport de Ranong à l'embarcadère, le bateau jusqu'à l'île et le transport de l'embarcadère à OmTao.

Il comprend deux repas par jour, fruits, eau, thé, café (en commençant par le dîner du 14 et le dernier petit-déjeuner en commun le 22)

Le prix ne comprend pas le billet d'avion et le transport depuis et vers l'aéroport de Bangkok, les achats privés et votre nourriture à Bangkok et Ranong n'est pas non plus incluse.

le prix des visites à Bangkok n est pas inclus .

L'événement est limité à : min 5, max. 16 personnes

Veuillez prendre vos précautions et avoir une assurance voyage et maladie pour vos déplacements. Nous ne sommes pas une agence de voyages et ne sommes pas fiables en cas de circonstances imprévisibles. Dom Ananda vous montre ses endroits préférés à Bangkok et voyage avec vous de Bangkok à l'île où vous retrouverez tous Andrea à OmTao pour commencer le voyage du Yoga !

Pratiquants de Yoga débutants ou confirmés, tout le monde est le bienvenu !

Nous sommes si heureux de vous voir en décembre!

Dom et Andréa

Veuillez nous contacter ici ou par e-mail