



# Programme

## ZEN

Hébergement avec petit-déjeuner

Cours de yoga ou massage de relaxation

Thé en après-midi

Dîner végétarien dans notre restaurant

de janvier à juillet

de septembre à décembre

dates festives et jours fériés disponibles sur demande

programme pour une personne, séjour d'une nuit



# Programme ZEN

Rétablissez l'équilibre physique, énergétique,  
émotionnel et mental.

A la fin, reconnectez-vous avec vos sens au son d'une  
douce mélodie, accompagné d'un thé chaud que nous  
avons délicatement préparé pour vous !

## Dîner végétarien

Chaque jour, notre cuisine prépare, avec amour et  
dévouement, un voyage à travers les saveurs  
caractéristiques de notre terre, des goûts sains et  
rééquilibrants.

Délectez-vous des saveurs cueillies directement dans notre  
potager.

Cours de yoga et de massage sur rendez-vous uniquement,  
selon les disponibilités de l'hôtel.

Ils ont lieu tous les jours de 11h à 20h.