

# Séjour Détox un jeûne alternatif

1, 2 et 3 octobre 2021

face à la mer à Plougasnou pointe du Diben (Finistère)



**Un week-end pour se ressourcer  
en toute sérénité et en toute simplicité**

3 jours de détox associant Yoga/Chi gong, de la marche en bord de mer, des ateliers.

Dans un lieu chaleureux et un cadre idéal au bord de mer

Offrez-vous une pause pour le corps et l'esprit.

Adapté à toutes et tous cette détox revitalisante permet  
à l'organisme de se nettoyer

- Il n'y a pas de conditions physiques, ni besoin d'avoir déjà pratiqué le yoga.  
N'hésitez pas à nous demander des informations.

Vous serez accompagné par Brigitte Dauphas, professeure de yoga diplômée, formée à la naturopathie, réflexologue et énergéticienne, et Hélène L'Haridon, apprentie cuisinière végétarienne, enseigne le yoga.

- Ce stage comprend l'hébergement, les repas,  
les cours et ateliers. 340 € (chèque vacances acceptés)

*Début du stage/accueil le vendredi à partir de 17 h*

*Fin du stage le dimanche 17 h*

*Nombre de participants limités*

---

INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS : **BRIGITTE DAUPHAS 06 83 35 93 07**  
**[www.brigitteauphas.com](http://www.brigitteauphas.com) • [yogasurlagreve@outlook.fr](mailto:yogasurlagreve@outlook.fr)**  
**1, rue Crec'h Melo 22310 — Tréduder (F)**

# Séjour Détox

## un jeûne alternatif

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Mail : .....

Téléphone : .....

Date de naissance : .....

- Durant 3 jours comprenant :  
hébergement, alimentation, cours et ateliers :  
340 €

Règlement :

- Je verse un acompte de 30 %

Merci de nous contacter avant d'envoyer votre bulletin d'inscription.

Pour toute annulation plus de 21 jours avant le stage, le chèque d'acompte vous sera restitué. Pour toute annulation à moins de 21 jours avant le stage, l'acompte sera encaissé. Pas d'encaissement pour cause de situation sanitaire.

En dessous de 5 personnes inscrites au stage, nous nous réservons le droit d'annuler le stage 10 jours avant son début programmé, avec restitution de l'acompte. Pour cause d'évolution des conditions sanitaires l'acompte sera restitué.

**INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS : BRIGITTE DAUPHAS 06 83 35 93 07**

**[www.brigittedauphas.com](http://www.brigittedauphas.com) • [yogasurlagreve@outlook.fr](mailto:yogasurlagreve@outlook.fr)**

**1, rue Crec'h Melo 22310 — Tréduder (F)**