



*(R)éveil
du printemps
week-end yoga*



du 28 au 30 mars
quittez
VOTRE
COCON HIVERNAL

A person wearing teal leggings is performing a yoga pose on a teal mat. Their hands are on the floor, and their feet are also on the mat. The background is a light blue wall.

3 JOURS

de yoga et ateliers bien-être

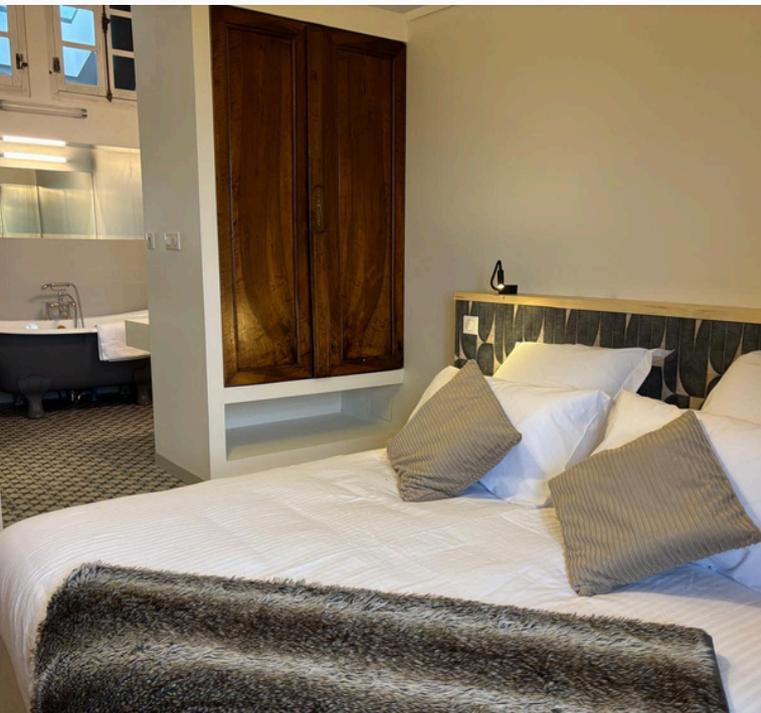
ACCEUILLIR LE PRINTEMPS EN DOUCEUR

(r)éveiller et harmoniser corps et esprit



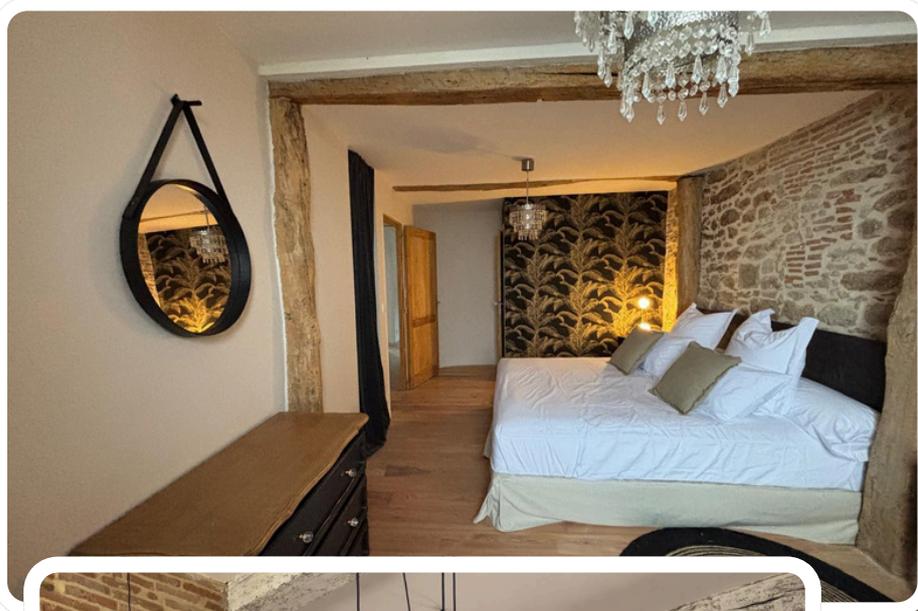
GITE COCOONING

magnifique havre de paix bercé par la nature



le GÎTE

Valerie et Delphine ont repensé ce lieu pour en faire un gîte de charme chaleureux et reposant . Situé à 45 mins de Toulouse, aux portes du Tarn dans un cadre propice au repos, vous n'aurez pas envie d'en repartir!



CUISINE

saine et savoureuse faite maison

...les repas seront préparés par nos hôtes

Valérie et delphine



PROGRAMME

VENDREDI 28 MARS

- à partir de 15:00 accueil des participants(es), installation et jus de bienvenue
- 18:00 - 19:30 Séance de YIN YOGA pour s'encre et faire de la place au corps et l'esprit pour accueillir le week-end
- 20:00 Dîner sain et végétarien
- 21:00 Une soirée pour faire connaissance

SAMEDI 29 MARS

- 08:30 Earthing
- 09:30 - 11:00 Séance de HATHA YOGA autour de l'énergie du printemps
- 12:00 Déjeuner sain et végétarien
- Après-midi libre détente, lecture, balade
- 17:00 - 19:00 Atelier créatif et méditatif créez votre porpre Mâlâ (collier utilisé pour la méditation)
- 20:00 Dîner sain et végétarien
- 21:00 Séance de yoga nidra, relaxation profonde suivi d'un temps de méditation avec votre Mâlâ

DIMANCHE 30 MARS

- 09:00 - 10:30 méditation, pranayamas, hatha yoga
- 11:00 Marche silencieuse
- 12:30 Brunch sain et végétarien
- 14:00 Clôture du séjour, partages et échanges
- 15:00 Le temps de se dire à bientôt

Le tarif

380 € *

*tarif early bird
jusqu'au 28 février

**430€ à partir
du 01 mars**

Comprend:

- hébergement chambre partagée en pension complète
220 € early bird / 245 € tarif normal
- pratiques de yoga et atelier
160 € early bird / 185 € tarif normal

Transport jusqu'au lieu et assurance non inclus

Comment *réserver?*

Remplir la fiche d'inscription et me la renvoyer datée et signée à omilene yoga@gmail.com accompagnée du versement d'un acompte de 110€ (non remboursable et non échangeable) pour l'hébergement et de 100€ pour la partie pratique (non remboursable et non échangeable). Le solde est à verser avant le 28 février pour le séjour au tarif Early Bird à 380 € ou au plus tard le 25 mars pour le tarif normal à 430€.

Le règlement se fait par virement bancaire

- Pension complète

sur le compte S.A.S Domaine de Vadel

IBAN FR76 1310 6005 0030 0435 5398 071

BIC AGRIFRPP831

- Yoga

sur le compte de Milène OLIVAN

IBAN FR76 1621 8000 0140 1008 4028 757

BIC BFBKFRP1

Conditions Générales de Vente

Toute inscription et réservation vaut acceptation expresse et irrévocable du séjour ainsi que des présents termes et Conditions Générales de Vente et, le cas échéant, des Conditions Particulières de Vente.

Il est de la responsabilité du Client de prendre connaissance des Conditions Générales de Vente avant toute réservation de Séjour avec Milène OLIVAN. En souscrivant à un séjour de yoga le Client reconnaît le faire sous sa pleine et entière responsabilité. A réception des éléments cités ci-dessous, une confirmation d'inscription au sera adressée au Client par mail.

Le dossier d'inscription est à renvoyer de manière dématérialisée (scan ou photo smartphone) par email uniquement à l'adresse suivante : omileneyoga@gmail.com

Il doit être daté, signé et précédé de la mention « Lu et approuvé ».

L'inscription ne sera définitive qu'à la réception du formulaire d'inscription dûment complété, de l'acompte versé ou du paiement de la totalité.

La réservation du séjour est considérée comme définitivement valide dès lors que le Client aura effectué le paiement du montant total dû dans les modalités et délais décrits, et remis le formulaire d'inscription dûment rempli et signé. Le paiement t doit être effectué par virement bancaire sur le compte de Milène OLIVAN pour la partir YOGA.

IBAN FR76 1621 8000 0140 1008 4028 757

BIC BFBKFRP1

et au Domaine de Vadel pour la pension complète.

Dans le cas de toute réservation bénéficiant d'une réduction, tarif communément appelé « EARLY BIRD », la date d'expiration de l'offre est communiquée sur le formulaire d'inscription.

Pour prétendre à cette réduction, le règlement doit être effectué dans sa totalité (acompte + solde) avant la date d'expiration de l'offre. Passé ce délai, les conditions classiques de réservation et de paiement s'appliquent.

Conditions Particulières :

Le client reconnaît avoir pris connaissance du niveau requis demandé et de la nature des exercices physiques pratiqués durant les séances de yoga en cours collectifs dans le cadre du séjour qu'il a réservé auprès de Milène Olivan. Le client certifie sur l'honneur que sa constitution physique et son état de santé lui permettent de pratiquer le sport en général, et plus particulièrement de pratiquer les activités commandées auprès de Milène Olivan.

Le client s'engage à informer Milène Olivan de ses antécédents médicaux ou problématiques de santé actuelles et à fournir un certificat médical s'il lui est expressément demandé. Milène Olivan se réserve le droit selon les indications du certificat médical de résilier sans préavis, ni indemnités, la relation contractuelle avec le client concerné, qui sera remboursé de tout ou partie des prestations commandées. Milène Olivan ne pourra en aucun cas être tenue pour responsable des dommages directs ou indirects et/ou d'un accident survenu au cours du séjour réservé par le client. Le client consent à assumer tous les risques et toutes les conséquences liées à l'activité exercée, ainsi le client décharge Milèen Olivan de toutes réclamations et actions judiciaires relatives à des blessures ou dommages occasionnés à sa personne et causés de quelque manière que ce soit découlant ou en raison de l'activité yoga.

Le client reconnaît avoir été informé par Milène Olivan de l'intérêt que représente la souscription d'un contrat d'assurance de personnes couvrant les dommages corporels auxquels leur pratique sportive peut les exposer conformément à l'article L 321-4 du code de sport.

Frais supplémentaires:

Chaque Client devra vérifier qu'il dispose d'une assurance qui le couvre à titre personnel pour l'activité choisie. La réservation n'inclut pas les frais de voyage, le Client doit organiser et réserver à ses frais, son transport aller-retour de son domicile au lieu de séjour.

OMYOGA ne peut être tenue pour responsable de problèmes liés aux retards ou autres problématiques de voyage qui ne relèvent pas de sa responsabilité directe. Aucun remboursement ne sera consenti par OMYOGA en raison de problèmes liés aux transports.

Conditions d'annulation :

Conformément à l'article L 121-20 du Code de la Consommation, le Client est informé qu'il dispose d'un délai de sept jours à compter de la date de signature apposée sur le formulaire d'inscription pour exercer son droit de rétractation, sans pénalité et sans avoir à justifier d'un motif. Dans le cas d'une inscription moins de 40 jours avant la date de début de la Retraite, le Client renonce expressément à son droit de rétractation en signant un document intitulé « demande de renonciation expresse au droit de rétractation » lors de la demande d'inscription. Toute notification d'annulation de réservation dans le délai de rétractation doit être faite à Milène OLIVAN par email à l'adresse : omileneyoga@gmail.com.

- Annulation du fait du participant :

L'annulation à l'initiative du participant doit être signifiée par lettre recommandée avec AR maximum 30 jours avant le début du week-end. Passé ce délai le solde reste dû. Si le participant ne se présente pas au week-end yoga ou quitte l'évènement avant la fin prévue, le solde final reste dû et aucun remboursement ni échange ne sera possible, quel que soit le motif invoqué.

Une prestation commencée est due dans son intégralité.

- Annulation du fait de OMYOGA :

Dans le cas où Milène Olivan serait contrainte d'annuler le séjour, quelle qu'en soit la raison, toutes les sommes versées seraient remboursées sauf si un report est proposé par Milène Olivan et accepté par le Client. Le Client ne pourra alors demander aucune indemnités supplémentaires au titre de dommages et intérêts.

- Annulation en cas de force majeure :

Milène Olivan est libérée de ses obligations contractuelles en cas de survenance d'un évènement de force majeure ou de tout fait imputable à un tiers ou tout autre circonstance ayant une cause extérieure et/ou indépendante du fait personnel de Milène Olivan l'empêchant directement ou indirectement d'exécuter normalement le séjour et ses obligations contractuelles.

Comportement :

En cas de comportement et/ou de pratiques non conformes à la législation en vigueur, en cas de mauvaise conduite (insultes, menaces, manque de respect, dénigrement, violence, harcèlement) envers Milène Olivan et/ou les participants (es) du week-end, Milène Olivan se réserve le droit de procéder au renvoi immédiat du participant. Ce renvoi sera officialisé par lettre avec accusé de réception. Les frais occasionnés par ce renvoi et annexes à la prestation sont à la charge du participant ou de son tuteur légal et ne donnera droit à aucun remboursement ni indemnité.

Je certifie avoir pris connaissance et accepter les Conditions Générales de Vente, avoir versé à la transmission de ce formulaire le règlement de 150 euros par personne pour acompte, et m'engage à régler le solde 30 jours avant le début de la retraite soit au plus tard le 05 JUIN 2024.

J'autorise Milène Olivan et/ou son photographe à me photographier ou me filmer pendant la retraite et à diffuser les images sur différents supports de communication.

OUI

NON

Date et Signature (Précédé de la mention « lu et approuvé, bon pour accord»)

Le,

Formulaire d'inscription

INFORMATIONS

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

e-mail :

Téléphone :

QUESTIONNAIRE

Avez vous eu un ou des actes chirurgicaux récents?

Si oui lesquels?

Avez vous des problèmes de santé (asthme, épilepsie, problèmes cardiovasculaires, maladie des yeux, troubles psychomoteurs, maladie grave....)? Si oui lesquels?

Etes vous apte à la pratique physique avec accord du médecin?

OUI

NON

Avez vous des contre indications? Si oui lesquelles?

Avez vous des intolérances alimentaires? Si oui lesquelles?

Quel est votre niveau de yoga?

débutant

intermédiaire

avancé

La pratique du yoga nécessite une condition physique et mentale suffisante. Les clients participants au séjour de OMYOGA sont invités à choisir une pratique adaptée à leur niveau, la pratique du yoga n'est pas une compétition, les clients sont tenus d'écouter leur corps afin d'éviter les blessures. En validant son formulaire de réservation, le Client reconnaît n'être atteint d'aucune maladie, infirmité, allergie rendant incompatible le bon déroulement des séances et du séjour du fait de son état de santé.