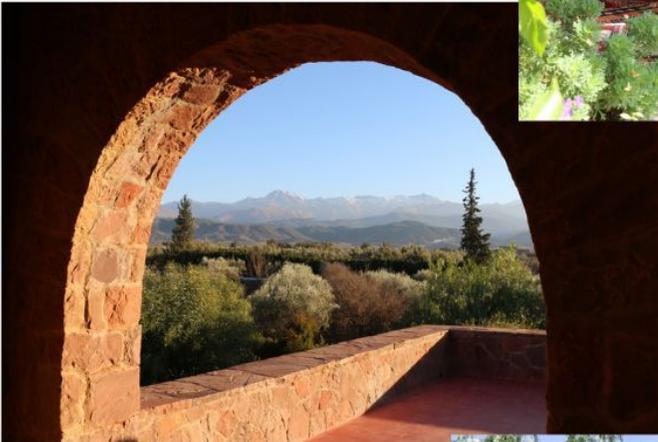


# LIEU

RETRAITE DE YOGA DANS LA VALLEE  
DE OURIKA (MAROC)

BAB ZOUINA

ADRESSE : ROUTE DE L'OURIKA, KM  
30 DOUAR SBITI



# PROGRAMME

RETRAITE DE YOGA DANS LA VALLEE  
DE OURIKA (MAROC)

**VENDREDI 18**

**FEVRIER**

ARIVEE 16H

17H YOGA FLOW

ET ATELIER

INVERSION

19:30 DINER

20:30 TEMPS

LIBRE

**SAMEDI 19**

**FEVRIER**

YOGA FLOW ET

PRANAYAMAS 8H30

10H PETIT DEJ

11H-YOGA

PHILOSOPHIE

12H30 REPAS

14H RANDONNEE

COMTEMPLATIVE ET

MEDITATIVE

18H YIN YOGA

19H30 REPAS

20H TEMPS LIBRE/

OU MANTRAS

**DIMANCHE 20**

**FEVRIER**

YOGA ET

PRANAYAMAS 8H30

PETIT DEJ 10H

11-12H3 ASANA

CLINIQUE ZOOM

SUR DES POSES EN

DETAIL

12H-REPAS

13H30 - RANDONNEE

16H CERCLE DE

CLOTURE PUIS

DEPART



Om Yoga

PRANAYAMS=TECHNIQUE DE RESPIRATIONI

LES ACTIVITES SONT BIEN ENTENDU NON OBLIGATOIRE , VOUS POUVEZ CHOISIR DE VOUS REPOSER DANS UN DES NOMBREUX COIN PARADISIAQUE DE BAB ZOUINA OU DE PRENDRE EN EXTRA UN MOMENT HAMAM OU MASSAGE EN REMPLACEMENT D'UNE ACTIVITE OU PENDANT UN TEMPS LIBRE

# INSCRIPTIONS

RETRAITE DE YOGA DANS LA VALLEE  
DE OURIKA

## REGULAR PRICE

## EARLY BIRD PRICE (Pour les 8 premiers inscrits)

Triple Room	2800 MAD/p	2500 MAD/p
double or twin room	3100 MAD/p	2800 MAD/p
double or twin room with private bathroom	3300 MAD/p	2950 MAD/p
Single room	3500 MAD/p	3200 MAD/p
Single room with private bathroom	3650 MAD/p	3350 MAD/p

**Reservation** par mail :  
elisa.omyoga@gmail.com  
ou via whats app  
+212693433537



# INSCRIPTIONS

RETRAITE DE YOGA DANS LA VALLEE  
DE OURIKA



**PRIX** : ENTRE 2600 MAD / 260 euros  
ET 3650 / 365 euros  
Logement, repas et activités  
inscrites au programme  
( le prix diffère selon le type de  
chambre que vous prenez)

**12 PLACES SEULEMENT**



Le menu des repas  
sera préparé en  
fonction des choix  
alimentaires du  
groupe (végétarien,  
vegan et sans gluten  
peuvent être  
accommodés).



**Reservation** par mail :  
elisa.omyoga@gmail.com  
ou via whats app  
+212693433537

