

Retreat by HUTTOPIA

Et si au printemps, vous vous offriez un moment rien que pour vous ?

Dans un petit coin de paradis, entre Vallon Pont d'Arc et les Gorges de l'Ardèche, venez vivre l'expérience Retreat by Huttopia. Il est grand temps de penser à vous et de vous octroyer une parenthèse loin de votre quotidien. Pour cette seconde édition, Huttopia vous propose un séjour de remise en forme avant l'été, au cœur de la nature.

Expérimentez dans l'une des plus belles réserves naturelles de l'Ardèche, un programme relaxant et sportif unique, ainsi qu'une cuisine saine et gourmande.

Arrivée le **vendredi 15 mai** à 17h
Départ le **dimanche 17 mai** à 16h

Adresse

Village Huttopia Sud Ardèche
145 route d'Orgnac - 07150 VAGNAS

Limité à 15 participants.

Une expérience au cœur de la nature et exclusive en célibataire, en couple ou entre amis.

LE PROGRAMME & LES TARIFS

La Retreat by Huttopia comprend

2 nuits dans une [Tente Trappeur](#) ou [Tente Bonaventure](#) dans le Village Huttopia Sud Ardèche.
Des séances de méditation et de sport avec la pétillante Christelle Javelier du blog [Le Canard Ivre](#). Peu importe votre niveau, Christelle s'occupera de vous et partagera ses secrets forme et bien-être loin du tumulte de votre quotidien.

L'accès au SPA forestier et à la piscine.

La cuisine by [Divine Kitchen Food](#), est à 80% végétale, ne contient ni sucre raffiné, ni alcool. Les menus sont faits maison et élaborés à partir d'ingrédients de saison, frais, sains et de premier choix.

1 atelier culinaire

Lors du séjour, des massages vous seront proposés, ainsi qu'un coaching individuel avec Christelle. Le tarif de ces deux activités n'est pas compris dans le package.

Programme complet

Deux jours de « thérapie verte », autrement dit une immersion oxygénante et ressourçante au cœur du Village Huttopia Sud Ardèche, pour une (re)mise en forme avant l'été.

Vendredi

Arrivée à 17h

18h - 19h30 Candlelight flow – pour s'ancrer et étirer son corps en profondeur. Stretching (flow « restauratif » inspiré du yoga) pour relâcher toutes les tensions. Relaxation inspirée de la sophrologie.

20h Dîner

Samedi

7h30 - 8h30 Méditation guidée pour réveiller, préparer le corps et l'esprit en douceur.

8h30 - 9h Petit-déjeuner

10h - 12h Cardio Training : au choix aquagym OU running

12h - 13h Déjeuner

13h - 16h Temps libre (possibilité d'accès au SPA Forestier, à la piscine, à un massage ou à un coaching individuel avec Christelle)

16h – 17h30 Bootcamp – pour renforcer le corps, le mental et l'esprit d'équipe. Entraînement façon commando en extérieur avec matériel.

17h30 – 20h Temps libre (possibilité d'accès au SPA Forestier, à la piscine, à un massage ou à un coaching individuel avec Christelle)

20h Dîner

Dimanche

7h Petit déjeuner

8h30 - 9h15 Circuit training – pour énergiser et tonifier le corps : renforcement musculaire sous forme de circuit.

9h15 – 12h Temps libre (possibilité d'accès au SPA Forestier, à la piscine, à un massage ou à un coaching individuel avec Christelle)

12h Déjeuner

14h – 15h Pil'abs – pour renforcer les muscles profonds. Abdos / fessiers inspirés du Pilates.

16h Fin du week-end

Tarifs

Il existe deux tarifs possibles en pension complète (+activités)

En Tente Trappeur partagée (deux chambres) : 470 €

En Tente Bonaventure (chambre seule) : 410 €

Votre séjour comprend :

- Le logement
- La restauration
- Les séances de méditation, sport et atelier

Ce qui n'est pas inclus : votre moyen de transport et si vous le souhaitez, le massage et le coaching individuel.

Pour réserver et régler votre place

En ligne : remplir le formulaire et envoyer un acompte de 80 € par virement bancaire (Télécharger le RIB).

Par courrier : fiche d'inscription à remplir et à renvoyer à l'adresse ci-dessous avec l'acompte de 80 € à l'ordre d'Huttopia Travel.

Si vous le souhaitez, il est possible de régler en plusieurs fois. Merci de nous en faire part à l'adresse suivante : retreat@huttopia.com

ASSURANCES & POLITIQUE D'ANNULATION

Assurances

Nous vous demandons un certificat médical avec la mention de « non contre-indication » à la pratique sportive de moins de 3 mois. Celui-ci est obligatoire pour participer au stage.

Politique d'annulation

En cas d'annulation, seuls les arrhes ne seront pas remboursées.

Les réservations annulées au moins 20 jours avant le début du stage pourront être remboursées à hauteur de 100% sans frais supplémentaires. Les réservations annulées au moins 10 jours avant le début du stage pourront être remboursées à hauteur de 50% (moins les arrhes).

Huttopia se réserve le droit d'annuler son stage s'il y a moins de 10 inscrits, 10 jours avant la date du stage.