

# **WEEK END DE RESSOURCEMENT**

## **ANTI STRESS ET BIEN-ÊTRE DU DOS**

*Ateliers organisés par Frédérique Testa,  
du 2 au 4 octobre 2015, dans une maison d'hôtes du Perche  
dédiée au bien être.*



### **Les Couleurs du Verger**

*La maison d'hôte de Sylvie Clément est située à  
Beaumont-les-Autels (28480) – 9, route d'Orléans*

*<http://www.lescouleursduverger.fr>*

### **Des prestations de qualité**

*Stretching Postural®, Posturo-Mézières, Abdos du Dr De  
Gasquet et différentes techniques de relaxation*

*Diverses possibilités de logement en pension complète.*

### **Deux options**

- *Arrivée le vendredi 2 octobre à partir de 15h (atelier sur 3 jours)*
- *Arrivée le samedi 3 octobre à partir de 10h (atelier sur 2 jours).*

*Dans les deux cas, départ le dimanche 4 octobre, après le  
repas de midi.*

**TARIFS DU VENDREDI 2 AU DIMANCHE 4 OCTOBRE 2015**  
**(atelier sur 3 jours), par personne**

<i>Atelier</i>	<i>3 jours</i>	<i>120 €</i>
<i>Logement en pension complète</i>	<i>Chambre individuelle</i>	<i>200 € (acompte de 60€)</i>
<i>Logement en pension complète</i>	<i>Chambre double</i>	<i>140 € (acompte de 42€)</i>
<i>Logement en pension complète</i>	<i>Chambre 4 lits individuels</i>	<i>120 € (acompte de 36€)</i>

**TARIFS DU SAMEDI 3 AU DIMANCHE 4 OCTOBRE 2015**  
**(atelier sur 2 jours), par personne**

<i>Atelier</i>	<i>2 jours</i>	<i>86 €</i>
<i>Logement en pension complète</i>	<i>Chambre individuelle</i>	<i>110 € (acompte de 33€)</i>
<i>Logement en pension complète</i>	<i>Chambre double</i>	<i>80 € (acompte de 24€)</i>
<i>Logement en pension complète</i>	<i>Chambre 4 lits individuels</i>	<i>80 € (acompte de 24€)</i>

Sur place, Sylvie Clément vous propose **une séance de massage d'une heure** pour 50€ (voir le site de la maison d'hôte).