

YOGA, MEDITATION & SPA EN VENETIE - Italie

HOTEL TERME METROPOLE 4*S - ABANO

du 10 au 17 septembre 2017

A partir de € 1110.- par personne avec vol et transferts

S'extraire du quotidien, faire une vraie pause, se ressourcer et se connecter vers Soi..... Tout un programme pour réussir votre rentrée !

Yoga avec Amadio Bianchi (Swami Suryananda Saraswati) et Mauro Stellin, découverte de la Vénétie et des collines euganéennes, cocooning et soins orientaux notamment ayurvédiques au Spa « Pavillon Oriental », ambiance chaleureuse dans un hôtel 4*S tous les ingrédients pour se ressourcer, se sentir apaisé et se retrouver en harmonie avec soi-même et les autres.

Abano Terme

Charmante petite ville, située au cœur des monts Euganéens - 45 kms de Venise, 11 kms de Padoue et 83 kms de Vérone -, Abano Terme est le lieu idéal pour rayonner en Vénétie. Connue depuis l'antiquité pour ses boues argileuses (fango) et ses eaux thérapeutiques, elle a su évoluer et offre maintenant, dans la plupart des hôtels, une approche spa, moderne et ludique.

Hôtel Terme Metropole - 4*S

Situé au calme, dans un parc de 33000 m2 arboré de palmiers, de végétation tropicale et de plantes exotiques, l'Hôtel Terme Metropole est une oasis de verdure où Orient et Occident se rencontrent pour un bien-être sans frontière. Vous y découvrirez cette inégalable ambiance « à l'italienne » : accueil, service, élégance, discrétion, charme et jovialité. Chambres joliment décorées, toutes avec terrasse et vue sur les jardins ou les piscines. Restauration traditionnelle avec approche végétarienne et ayurvédique.

Pavillon Oriental

Joyau de l'hôtel Terme Metropole, le « Pavillon Oriental » complète le centre thermal classique et offre une atmosphère magique et inattendue. Sélection de soins et massages manuels issus de la culture indienne ancestrale et traditionnelle, ayant pour principal objectif de maintenir ou rétablir le bien-être du corps et de l'esprit.

Yoga et conférences

Selon Osho, « le cœur de l'homme est un instrument de musique, il renferme une musique sublime. Il est endormi mais présent et attend seulement le bon moment pour battre, s'exprimer, jouer et danser ».

La pratique du yoga, avec l'apprentissage d'une relation profonde avec la respiration et les émotions durant les pratiques physiques et mentales, donne une nouvelle énergie au corps, tonifie la musculature et améliore la posture.

. 10 heures de yoga, relaxation et conférences sont proposées durant votre semaine avec Amadio Bianchi et Mauro Stellin.

Que vous soyez débutant-e ou d'un niveau avancé, vous vivrez une expérience forte : les cours seront adaptés pour convenir à tous les niveaux, le yoga étant un voyage intérieur et un apprentissage continu.

Pour les sportifs

Un court de tennis, mini-golf, ping-pong, salle de fitness particulièrement bien équipée et une « open air gym » mais aussi des vélos et des VTT pour des escapades dans le parc naturel des Collines Euganéennes.

françoise comte

votre partenaire thalasso & spa

orientation, conseil & organisation



PROGRAMME

Dimanche 10 septembre - GENEVE / VENISE

- Vol Easyjet Genève / Venise (départ à 18h55 - arrivée à 20h10)
- Transfert aéroport de Venise / Hôtel Terme Metropole ****S Abano (45 minutes)
- Dîner et nuitée

Lundi 11 septembre

- Petit-déjeuner
- Matinée libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- Déjeuner
- Après-midi libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- De 17h00 à 18h30 ;
 - **Présentation de la semaine de yoga**
 - **Yoga et méditation avec Amadio Bianchi**
- Apéritif de bienvenue, dîner et nuitée

Mardi 12 septembre

- Petit-déjeuner
- De 09h00 à 10h00
 - **Salutation au soleil**
- Matinée libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- Déjeuner
- Après-midi libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- A 18h30
 - **Conférence « Thermes, Yoga, Orient & Ayurveda » avec Amadio Bianchi**
- Dîner et nuitée

Mercredi 13 septembre

- Petit-déjeuner
- Matinée libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- Déjeuner
- Après-midi libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- De 17h00 à 18h00
 - **Séance de yoga et relaxation**
- Dîner et nuitée

Jeudi 14 septembre

- Petit-déjeuner
- Matinée libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- Déjeuner
- Après-midi libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- De 17h00 à 18h30
 - **Séance de yoga et relaxation**
- Dîner et nuitée

Vendredi 15 septembre

- Petit-déjeuner
- De 09h00 à 10h00
 - **Séance de yoga et relaxation**
- Matinée libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- Déjeuner
- Après-midi libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- Dîner et nuitée

Samedi 16 septembre

- Petit-déjeuner
- De 09h00 à 10h00
 - **Séance de yoga en eau thermale avec Mauro Stellan**
- Matinée libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- Déjeuner
- Après-midi libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card) ou, optionnels et en sus, soins thermaux ou ayurvédiques
- De 17h00 à 18h30
 - **Séance de yoga et relaxation avec Mauro Stellan**
- Dîner et nuitée

Dimanche 17 septembre

- Petit-déjeuner
- De 09h00 à 10h30
 - **Séance de yoga et relaxation avec Mauro Stellan**
- Déjeuner
- Après-midi libre (farniente, shopping, sport ou thermal spa card)
- Transfert Hôtel Terme Metropole ****S / aéroport de Venise (45 minutes)
 - Vol Easyjet Venise / Genève (départ à 22h00 - Arrivée à 23h15)

Forfait 7 nuits avec transport comprenant :

- Vol Easyjet Genève / Venise / Genève avec un bagage en soute de 20 kgs
- Transfert aéroport de Venise / hôtel Terme Metropole / aéroport de Venise
- 7 nuits en chambre double Supérieure et pension complète (hors boissons)
- 10 heures de yoga et conférences avec Amadio Bianchi et Mauro Stellan
- Thermal spa card : libre accès aux piscines, cours collectifs d'aquagym, sauna, grotte thermale, salle de fitness et vélo à disposition

€ 1110.- par personne en chambre double

Suppléments sur le forfait, par personne :

- Chambre individuelle Supérieure : € 55.-
- Autres catégories de chambre, prix sur demande

En option :

- « Programme Santé Plus » soit : consultation médicale et personnalisation du programme, 3 applications de boue thermale mature (argile bio thermale), 3 bains thermaux à l'ozone et aux hydroessences aromatiques, 3 massages « deep tissue method » de 25 minutes : € 270.-
- « Oriental Spa Experience » soit : consultation médicale et personnalisation du programme, 3 séances de boue et bains thermaux d'Orient, 3 heures de traitements d'orient choisis selon la prescription médicale, tisane au petit-déjeuner et pendant les traitements : € 360.-
- Assurance annulation : prix sur demande.

Offerts :

- Frais de traitement de dossier

Conditions :

- Séjour en individuel, non accompagné
- Réservations avant le 31 août 2017. Sur demande, au-delà de cette date
- Pour les ressortissants français ou suisses, passeport ou carte d'identité en cours de validité. Autres nationalités, sur demande
- Frais d'annulation :
 - de l'inscription à 16 jours du départ : 50 % du coût du voyage
 - Moins de 15 jours du départ : 100 % du coût du voyage

Programme établi le 24 juillet 2017 et selon les tarifs connus à ce jour pour un départ le 10 septembre 2017 – sous réserve des tarifs Easyjet. Réajustement du tarif en fonction des éventuelles hausses Easyjet (tarif au 24 juillet : € 107.-)

Pour toute autre réservation : sans transport, séjour plus long ou plus court, soins à la carte, etc, prix et informations sur demande

françoise comte *votre partenaire thalasso & spa*

3, rue du Levant | F - 74100 Annemasse | tél. +33 4 50 92 97 44 | mobile +33 6 08 98 20 27

www.francoise-comte-thalasso-spa.fr | info@francoise-comte-thalasso-spa.fr

Siret 482 671 997 00021

en collaboration avec



Avenue de Champlé 8C – Case Postale 434 – CH 1211 GENEVE 12

Agence membre du fonds de garantie du voyage Swiss Travel Security

