

Rando-Naturo Vignobles-Estuaire

- ✓ *Randonnée – pédestre ou nordique – à la découverte du Médoc pour nourrir votre âme ;*
- ✓ *Alimentation healthy et conseils en Naturopathie ;*
- ✓ *Relaxation avec le chant des bols tibétains pour apaiser votre esprit...*

SÉJOUR TOUT COMPRIS

3 femmes,
3 métiers,
1 passion

“Tout est propice au ressourcement”

Venez découvrir le Médoc autrement, venez partager, échanger avec Samira naturopathe et Agnès coach sportive des moments particuliers entre estuaire, vignoble et océan. Hébergement dans un ancien domaine viticole situé à Moulis-en-Médoc, entre Margaux et Pauillac

Durant votre séjour bien-être et santé nous vous proposerons une expérience unique qui allie randonnée, patrimoine et naturopathie. Une alimentation saine et vivante, la gestion du stress et des émotions, l'activité physique et la respiration, le plaisir de randonner dans un milieu naturel et sauvegardé.

JOUR 1

- 17:00 Arrivée au domaine de Quittignan Brilllette géré par Pascale ;
- 20:00 Dîner en option ;

JOUR 2

- 08:00-09:00 Petit déjeuner santé ;
- 09:00-13:00 Départ pour une randonnée à pied entre vignobles et l'estuaire de la Gironde avec ses nombreux points de vue remarquables ;
- 13:00-14:30 Pique-nique tiré du sac préparé par Samira, temps libre ;
- 14:30-15:30 Visite & dégustation d'une propriété viticole ;
- 15:30-17:30 Retour au domaine et temps libre ;
- 17:30 Relaxation avec le chant des bols tibétains ;
- 19:30 Apéritif healthy suivie de la dégustation d'une assiette saine et gourmande, riche en aliments vivants et bio, haute teneur en qualité nutritive, vins bio.

JOUR 3

- 08:00-09:00 Petit déjeuner santé & Check out.

TARIF

- 395 € par personne (base 2 personnes logées en chambre double) ;
- Comprend : Hébergement, petits déjeuners, pique-nique & diners. vins inclus : 1/2 bouteille par personne ;
Présence de Samira et Agnès tout au long du séjour.

CONDITIONS

- **Acompte & Solde** : 50% à la réservation, solde 15 jours avant le séjour ;
- **Séjour validé** : À partir de 8 personnes inscrites ;
- **Annulation par l'organisation** : Jusqu'à 15 jours avant la date du séjour si le nombre d'inscrits est inférieur à 8, remboursement de l'acompte ;
- **Annulation par les participants** : Sans frais jusqu'à 15 jours avant la date du départ, 50% retenu 8 jours avant la date du séjour, 100% la veille ou le jour du départ ;
- **prévenir en cas d'allergies ;**
- **possibilité de dates supplémentaires sur demande ;**
- **séjour sur mesure pour un groupe de 8 personnes minimum ;**
- **séjour possible en français, anglais et espagnol.**

CONTACT

Agnès – Coach sportif : 06 50 17 90 35 | nordicnaturemedoc@gmail.com
Samira – Naturopathe : 06 14 89 23 68 | contact@naturopathiezen.fr
Pascale – Hôte : 06 63 09 77 31 | contact@quittignanbrillette.com

Domaine
Quittignan Brilllette



Dès
8
personnes
inscrites

Toute
l'année

