



## **L'ESCALE « DECOUVERTE »**

### **PROGRAMME**

**Arrivée à 8h45** - installation en chambre double ( cabane Serenity ou chambre Saraswati ).

**De 9h à 12h** - 3h de cure comprenant: un SAUNA aux pierres chaudes - un massage ABHYANGA - un SHIRODHARA - un SOIN PERSONNALISÉ selon les besoins - Petits temps de repos entre chaque soin.

**Des massages différents et définis ensemble peuvent être proposés selon les besoins.**

**12h / 12h30:** Repas Ayurvédique et végétarien aux 6 saveurs

**Départ jusqu'à 14h - Tarif:** 180 euros

## **L'ESCALE « DECOUVERTE » avec nuitée**

**Idem ( ci-dessus ) mais arrivée la veille à partir de 17h00 et nuitée en chambre double** Cabane en bois SERENITY ( 2 lits simples pouvant être rapprochés ou chambre SARASWATI ( 1 lit double + 1 lit simple ).

**Le repas du soir n'est pas compris.**

**Tarif:** 220 euros

## **L'ESCALE « ROYALE »**

**Arrivée à partir de 17h la veille.**

**Entre 17h et 19h30:** consultation ( bilan ayurvédique complet ) et mise en place d'un protocole de soins pour le lendemain. Arrivée avant 18h30 nécessaire.

**19h30:** Dîner Ayurvédique et végétarien aux 6 saveurs

**Nuitée en chambre double** SARASWATI ( 1 lit double + 1 lit simple) ou cabane en bois SERENITY ( 2 lits simples pouvant être rapprochés ).

**Le lendemain: pour les couples,** la consultation de la 2ème personne s'effectue entre 8 et 9h puis 3h de cure personnalisée et petits temps de repos entre chaque soin.

**12h:** Déjeuner Ayurvédique aux 6 saveurs

**Départ jusqu'à 14h - Tarif:** 270 euros - 470 euros / couple