

UN TEMPS
UN LIEU

Une parenthèse pour soi



Stanie DANIEL

+33 (0)6 14 61 26 72

+33 (0)5 53 56 67 27

untempsunlieu@gmail.com

Un Temps pour prendre soin de soi, dans un lieu
pensé pour rassembler des thérapies
complémentaires et différentes pratiques :

Jeûne, détox, alimentation vivante, Yin Yoga,
randonnée, danse, ateliers d'écriture, séance de bols
tibétains, méditation, Fleurs de Bach, aromathérapie,
massage, sauna, ...

Cette **ancienne grange** du Périgord a été pensée pour
accueillir des stages de développement personnel, et
aménagée afin de permettre la détente, le partage et
la bonne circulation de l'énergie nécessaire au travail
sur soi.

LE LIEU

Plusieurs espaces de vie collective et de lecture sont aménagés, ici et là, dedans ou dehors dans **le jardin et le verger** autour de tables ou sur des chaises longues.

Construite avec des matériaux écologiques et nobles, meubles chinés, décoration sobre... l'espace est propice à l'écoute de soi.

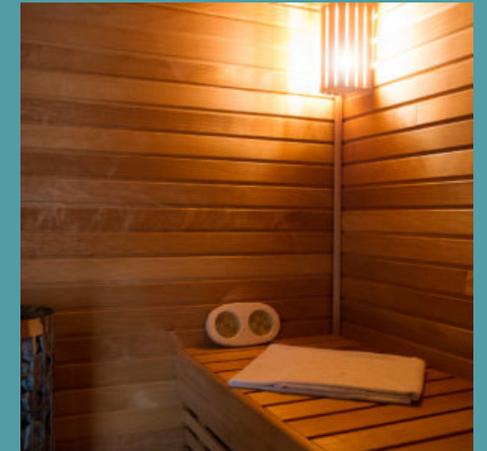
Le lieu s'articule autour d'une **belle pièce de vie de 50 m² lumineuse** et en hauteur cathédrale. Avec **parquet au sol** elle permet d'accueillir des groupes pour de l'éveil corporel, la méditation, le théâtre, l'écriture, la causerie... autour du poêle, ou au soleil de la baie vitrée.

Une **salle à manger de 20m²** et un **espace cuisine** sont aménagés dans l'ancienne étable.

Un sauna et une piscine offrent des moments de détente au corps.

2 espaces de logements avec **19 couchages possibles**.

Un plateau de travail de 60 m², avec parquet dédié à la pratique (ouverte uniquement au delà de 10 personnes) baie vitrée lumineux à l'ouest.



LES CHAMBRES

Dans le gîte principal 7 chambres sont aménagées pour accueillir une à deux personnes selon les besoins et les demandes des stagiaires. **10 à 12 couchages** sont possibles selon le nombre de couples. Possibilités de chambre seule ou à partager à 2.

Attendant au gîte, un dortoir de 5 personnes avec une salle de bain. Ainsi qu'une chambre individuelle avec salle de bains, soit 6 à 7 couchages supplémentaires.

REPARTITION

Au rez –de-chaussée:

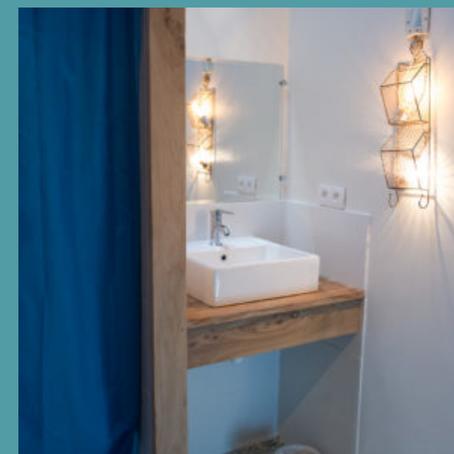
- 1 chambre avec un lit double 160 cm
- 1 salle de douche
- 1 WC séparé
- Pièce de vie et de pratique
- Salle à manger & coin cuisine
- Sauna
- Chambre du formateur

Au premier niveau:

- 3 chambres avec 2 lits de 90cm
- 1 chambre avec 1 lit de 90cm
- 1 WC
- 2 salles de douche

Au deuxième niveau:

- 1 chambre avec 1 lit de 140cm
- 1 chambre avec 1 lit de 120cm



TARIFS SÉJOUR

Minimum 10 personnes, maximum 18

HEBERGEMENT par personne

120 € TTC pour 2 nuits

158 € TTC pour 3 nuits

46 € TTC LA NUIT au delà de 4 nuits

(taxe de séjour comprise 5%)

- Le lieu est entièrement privatisé.
- La salle de pratique, le jardin, la piscine, le sauna, la salle de soin.
- Le sauna pourra être allumé pour une séance par nuité
- Les draps et le ménage de début et fin de séjour sont compris.

Au delà de 10 personnes l'espace attenant est ouvert pour les 7 couchages supplémentaires (5 lits simples, un lit 140) et pour la 2ème salle de Yoga.

Le logement **d'un formateur** est offert en revanche son repas est à sa charge.



TARIFS REPAS

Minimum 10 personnes

33€ TTC par personne par jour

UN BRUNCH + UN SOUPER

Servi à l'heure de votre choix

La cuisine végétarienne est faite sur place. Nous utilisons des produits biologiques ou cultivés par des producteurs locaux en raisonnée .

Les repas sont mis à disposition dans la salle à manger.

Le service, le couvert, la vaisselle sont pris en charge par les stagiaires.

Thé et tisane à disposition en journée.



Le logement d'un formateur est offert, en revanche son repas est à sa charge.

