

# Yoga randonnées au Maroc

Septembre 2020

**Ecole de Yoga Mathieu**

La Haute Jambuère

35320 Lalleu

☎ 02 99 43 17 90

📞 06 65 27 55 74

ecoleym@orange.fr

<http://ecoledeyogamathieu.fr>

## Stage de kurma yoga, yoga nidra et randonnées dans le Haut Atlas avec Mathieu

**Nous vous proposons de séjourner dans un village berbère, loin des circuits touristiques, dans une des plus belles régions de montagne de l'Atlas. Nous y ferons des randonnées et du yoga.**

### **Dates :**

Vous êtes attendus à Marrakech le mercredi 23 septembre à 14h à l'hôtel du Pacha pour l'acheminement en bus privé vers Télouet (3h30 de route environ). Le retour à Marrakech est prévu le mardi 29 septembre en début d'après-midi.

**Lieu :** Télouet, village situé au cœur du pays Glaoui sur le versant sud du Haut Atlas à 1870 m d'altitude, près du col du Tichka.

### **Programme**

8 h Do-in, 8 h30 petit déjeuner, 10 h à 13 h randonnée, Déjeuner, temps libre, 16h30 kurma yoga, yoga nidra, Repas.

### **Niveau**

yoga : du débutant au professeur, marche facile.

### **Animateurs**

Hassan, guide officiel, encadre les randonnées et nous raconte son pays.

Mathieu se contente d'un prénom, enseigne le kurma yoga et le yoga nidra.

### **Hébergement**

Dans la maison d'hôtes Afoulki tenue par Malika et Hassan. Maison traditionnelle entourée d'un jardin planté d'oliviers et d'amandiers. Cuisine berbère délicieuse **non** strictement végétarienne.

Chambres à 2 lits.

**Nombre de participants : 21**

### **Prix du séjour**

660 €. Ce prix comprend le transport Marrakech-Télouet-Marrakech, l'hébergement, les repas, la pratique du yoga, les randonnées, il ne comprend pas le vol jusqu'à Marrakech.

Un acompte de 160 € est demandé à l'inscription, il est remboursable jusqu'au 1<sup>er</sup> juillet 2020 avec une déduction de 20 € pour frais d'inscription.

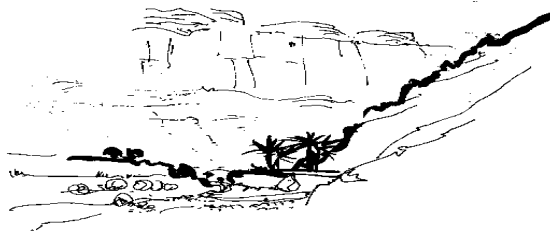
### **Avion**

L'achat du billet d'avion pour Marrakech est à votre charge. Vous pouvez l'acheter sur Internet. Il y a des départs à partir de nombreux aéroports de province.

Il est préférable d'arriver le mardi 22 septembre (ou avant) et de prévoir un vol retour au plus tôt le mardi 29 septembre à partir de 16 h.

### **Passeport**

Un passeport en cours de validité est obligatoire pour les ressortissants européens.



Bulletin à envoyer accompagné de votre acompte (à l'ordre de l'Ecole de Yoga Mathieu) à  
Ecole de Yoga Mathieu La Haute Jambuère 35320 Lalleu (France)

Des informations complémentaires vous seront envoyées ultérieurement.

----- ✂ -----

**MAROC 2020**

Je verse un acompte de 160 € à l'ordre de *ECOLE DE YOGA MATHIEU*  
(dont 140 € remboursables jusqu'au 30/06/2020)

NOM :

Prénom :

Adresse complète :

Code postal :

Ville :

Courriel :

Téléphone fixe :

Portable :

je désire un reçu pour ma comptabilité (mettre une )

Signature :