

Stage Yoga - Pilates à Ischia yoga – rando – balneo

Chers élèves,

Comme tous les ans nous organisons un stage de

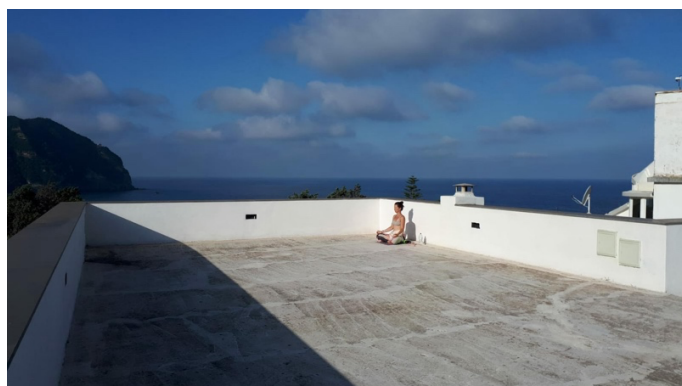
Yoga — Pilates — Randonnée

En Italie fin octobre

Du dimanche au samedi

Logement dans un bel hôtel familiale sur l'île d'Ischia (l'Hôtel Ideal) proche de la mer, avec un grand jardin, deux piscines dont une avec de l'eau thermale pour laquelle l'île d'Ischia est connue.

Les chambres sont confortables et l'accueil est très chaleureux.





Une belle terrasse pour faire du yoga le matin et le soir.

Les balades et les piqueniques sont organisés par un guide professionnel de Chemins du Sud.

Le soir le groupe se rencontre sur la grande terrasse ou dans le jardin pour

prendre un verre d'apéro et profiter du coucher du soleil sur la mer.
La cuisine est bonne et généreuse, et le vin local l'accompagne à merveille.

Inclus dans le prix :

séjour en pension complète (petit déjeuner et dîner à l'hôtel, pique-nique à midi, préparé par le guide)

Randonnées guidées par un guide professionnel

Transport en minibus privé sur l'île

Cours de yoga le matin et Pilates le soir

Pas inclus : consommation privée, boissons, taxe du séjour (à payer à la fin du séjour directement à l'hôtel), assurance annulation

Comment y arriver : vol à Naples, de l'aéroport le bus pour la gare.

Mais **vous sortez avant à l'arrêt du port**. Le groupe se rencontre au port entre 12:30h et 13:00 h.

Les horaires du bateau à Forio : normalement un bateau à 14:00h mais il faut d'abord acheter son billet . Achat en ligne possible mais je vous envoie les détails plus tard.

Pour le retour il faut prévoir un vol de Naples **fin après-midi** pour pas être trop stressé le matin (la mer peut aussi être mouvementée et donc il faut compter un retard potentiel)

Je vous conseille par contre profiter une ou deux journées de la belle ville de Naples (avec evtl une visite de Pompei)

