

MON PREMIER SÉJOUR BIEN ETRE

DOMAINE DE FRÉCHET – LE REPOSOIR (74)

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4
Matin	Arrivée sur le centre 11h00 - installation	Séance de sophrologie ludique avec un professionnel par petit groupe sur la matinée	Balade sur les plantes comestibles avec un accompagnateur de montagne	Matinée tranquille
	<i>Déjeuner</i>	<i>Déjeuner</i>	<i>Déjeuner</i>	<i>Déjeuner</i>
Après - Midi	Atelier pédagogique au choix : Mandala naturel ou Découverte sensorielle de la nature	Randonnée nature et découverte du milieu avec notre accompagnateur de montagne	1 atelier au choix parmi : Mandala Naturel ou découverte sensorielle de la nature	Rangement et Départ
	<i>Goûter</i>	<i>Goûter</i>	<i>Goûter</i>	<i>Goûter</i>
	Douches et étude	Douches et étude	Douches et étude	Arrivée à l'école 17h00
	<i>Dîner</i>	<i>Dîner</i>	<i>Dîner</i>	
Soir	Yoga des enfants animé par un animateur technique	Yoga des enfants animé par un animateur technique	Yoga des enfants animé par un animateur technique	

Pour plus d'infos rendez-vous dès maintenant sur www.pep-attitude.fr ou par téléphone au 0 825 160 055 (0,18 € TTC/min)



Au coeur d'un petit village dans la montagne
Centre rénové: Salle de bain, chambre, espace de vie
Salles de bains dans chaque chambre
Espaces extérieurs pour les repas



Tout est fait et mis en place pour retrouver une connexion avec la nature, avec soi et avec les autres.
Une vrai bulle de bien-être pendant cette classe découverte qui portera bien son nom.
Repartir avec des petites astuces et des souvenirs de moments sereins.
Possibilité d'adapter le séjour en 3 ou 5 jours sur demande.

Prestations incluses :

- une gratuité adulte pour 10 élèves
- l'assurance responsabilité civile, secours et rapatriements
- toutes les activités inscrites au programme
- le transport sur place
- la mise à disposition d'un blog sécurisé
- les dossiers sanitaires PEP

Prestations non incluses :

- l'animation de la vie quotidienne
- le transport AR centre-école

Tarif établi sur la base de 24 élèves et 3 adultes

Premier repas servi : Déjeuner J1
Dernier repas servi : Déjeuner J4

