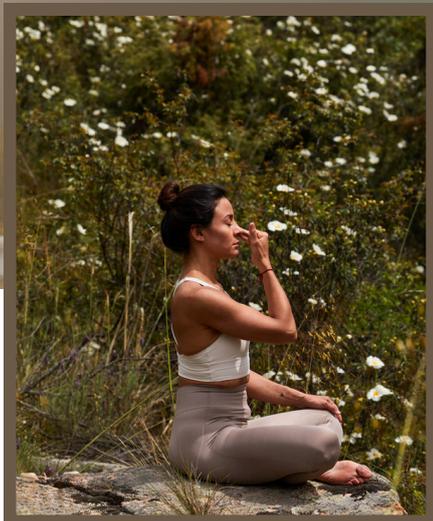


VOTRE SEJOUR

BIEN-ÊTRE



JUILLET 2025

350€*

FORMULE TOUT COMPRIS

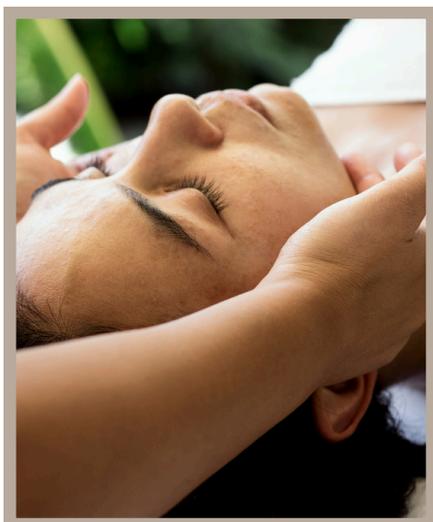
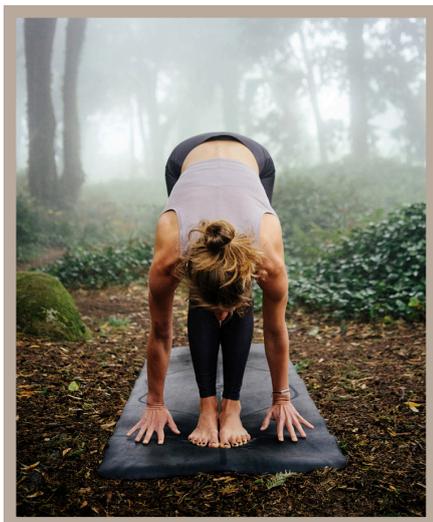
Venez vous ressourcer dans un cadre magnifique au coeur du massif du Chablais !

- ▶ **SESSIONS DE YOGA, PILATE ET RENFORCEMENT MUSCULAIRE**
- ▶ **RANDONNÉE EN PLEINE NATURE**
- ▶ **DÉTENTE AU SPA AVEC VUE SUR LES MONTAGNES**

Réservez maintenant et vivez un séjour de bien-être pour **prendre soin de soi et harmoniser le corps et l'esprit !**

*Prix par personne, voir les modalités.

Plus d'informations sur notre site internet : www.lesroches1500.com





3 JOURS
bien-être
TOUT INCLUS

NE PENSEZ-VOUS PAS QUE TOUT VA TROP VITE ET QU'IL FAUT PARFOIS LEVER LE PIED ?

Cette parenthèse ressourçante vous apportera une dose de lâcher-prise, de connexion à soi et à la nature.

Vous serez accompagnés de manière créative et ludique dans différentes pratiques pour vous procurer un bien-être global.

Les journées seront rythmées par des **séances de yoga, de méditation, de Pilate, de renforcement musculaire et de randonnée en pleine montagne.**



OÙ ?

L'hôtel **LES ROCHES 1500** se niche au cœur de plateau de Sommand, dans une réserve naturelle. Un cadre préservé unique, un hébergement confortable et accueillant.



POUR QUI ?

Pour celles et ceux qui souhaitent s'offrir un moment suspendu, une pause dans leur quotidien pour se régénérer et retrouver leur vitalité.

LES INTERVENANTS



MAÏLYS NOEL

Coach sportive, professeure de Pilate et de Yoga.

Elle vous guidera tout au long du séjour lors des ateliers Pilates, yoga et renforcement pour un corps en pleine santé et une vitalité retrouvée.



VECTEUR MONTAGNE

Une équipe de professionnels de la montagne passionnée, toujours prête à se dépasser pour vous faire vibrer. Dans les montagnes du Giffre, du Mont Blanc, de l'Arve et du Léman

RESERVEZ VOTRE SEJOUR BIEN-ETRE
par téléphone au 04 50 34 20 88 ou par email via l'adresse
contact@lesroches1500.com



2 route du Col de la Ramaz - 74440 Mieussy