

Séjour yoga et marche

Du 29 juin au 5 juillet 2026

Rendez-vous à Biville vers midi.

Pour les personnes venant en train, prenez le billet pour Cherbourg, on viendra vous chercher.

Aucun cours ou activité n'est obligatoire. D'ailleurs il y a quantité de choses à découvrir alentours alors n'hésitez pas à prendre votre temps si vous le ressentez ainsi.

La plage est à 20 minutes à pied du Gîte. Une grande plage avec très peu de monde ☺

Les visites des autres villes se feront en covoiturage

Programme indicatif, sujet à modifications.

LUNDI

12h : RDV sur place

12h30 : déjeuner dans la grande salle.

14h- 15h : installation dans les chambres.

15h : balade « les alentours de Biville » et circuit orange

18h - 19h30 : yoga

20h : préparation et repas

MARDI A SAMEDI

8h : petit déjeuner

10h - 12h : yoga

12h30 : déjeuner

15h : visite et marche

mardi : dunes de Biville et Vauville

mercredi : Cherbourg et cité de la mer

jeudi : nez de Jaubourg

vendredi : Omonville la Rogue et baie de Quervièrre (manoir du tourp ? maison JP ?)

samedi : après-midi libre (plage et jeux ?)

20h : dîner

21h30 - 23h : Suivant les envies (Apportez jeux, musique ou toute autre chose qui vous inspire ☺)

DIMANCHE

8h : petit déjeuner et libération des chambres

10h - 12h : yoga

12h30 : déjeuner

15h – 17h : Cherbourg : ville et parc Emmanuel Liais, jardin botanique Montebello

17h : Fin de séjour.

Aspects pratiques :

* Zen attitude : ce programme est indicatif et rien n'est obligatoire

* **Penser à apporter** : tapis de yoga, serviettes de toilette, draps (ou duvet) et taies pour traversin, chaussures de marche (ou baskets), affaires de plage, petit sac à dos, gourde, casquette ou chapeau, vêtements en cas de pluie.