

Peacock

HEALTHY WAY OF LIFE



Peacock vous emmène en week end Pour fêter ses 1 an

Du vendredi 6 au dimanche 8 novembre 2020

Une retraite Yoga

"Cultivez votre équilibre yin yang"

ET SI ON FÊTAIT LES 1 AN DE PEACOCK ENSEMBLE ?

Il y a un an, le 7 novembre 2019 exactement, Peacock ouvrait ses portes pour la première fois ...

Vous êtes maintenant nombreux & nombreuses à nous avoir rejoints dans l'aventure et c'est avec beaucoup d'excitation que nous organisons la toute première retraite de yoga de Peacock (La première d'une longue série... :))

Peacock
HEALTHY WAY OF LIFE



Le lieu

Le Domaine d'En Maury



Dans le Tarn, à 40km de Toulouse, Le Domaine d'En Maury, ancien relais de Poste et propriété familiale depuis 150 ans, est un grand gîte de charme luxueux, rénové dans la pure tradition artisanale tarnaise.



Le Domaine d'En Maury dispose de 12 chambres avec salle de bain, un spa couvert avec piscine chauffée, jacuzzi, hammam & sauna ainsi que de grands espaces (interieur & extérieur) pour pratiquer le yoga en toute sérénité.

L'équipe

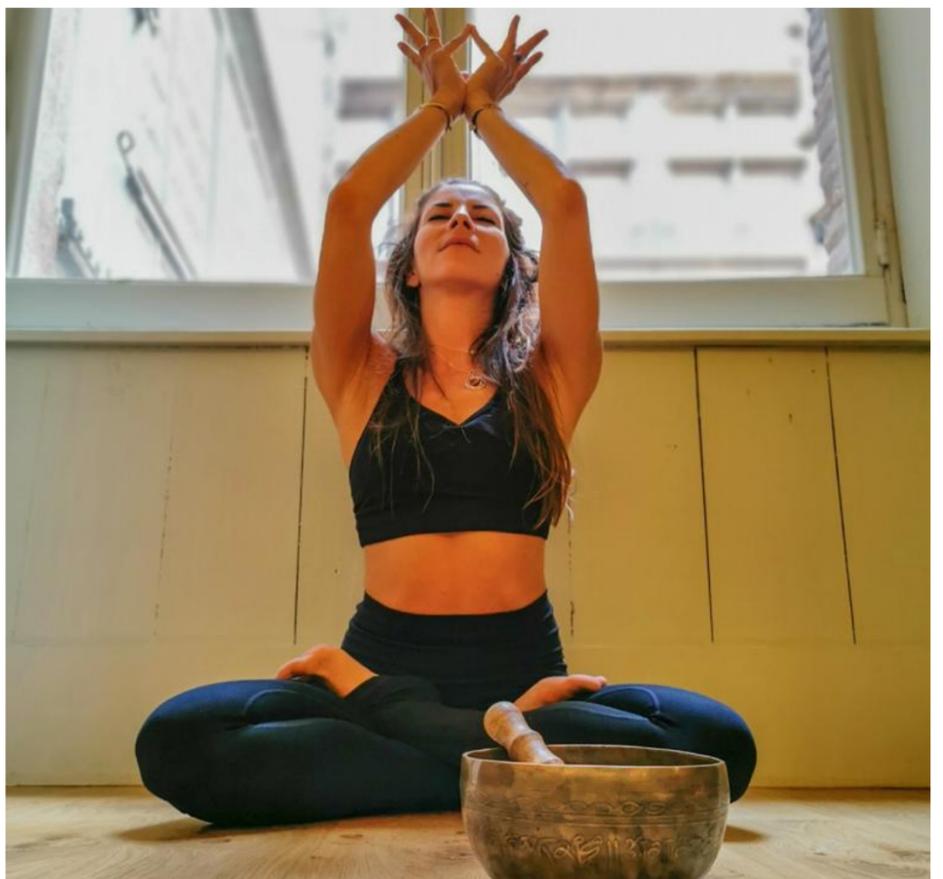


MARGOT

Co-fondatrice de Peacock, Margot pratique et enseigne différents styles de yoga. Formée à l'ashtanga & au yin, elle axe son enseignement sur l'équilibre du corps et des énergies, notamment du yin & du yang.

SANDRA

Issue du monde de la danse, Sandra s'est formée au vinyasa & liquid flow au cours de plusieurs voyages autour du monde. Elle crée des flow axés sur la fluidité & la conscience des mouvements. Sandra a rejoint l'équipe de Peacock au début de l'été et enseigne le slow flow & movement flow.



Le programme

— VENDREDI

Arrivée en fin de matinée, installation dans les chambres

12h-13h30

Déjeuner veggie

14h-16h

Atelier chakras & aroma

16h30-18h30

Aroma Yin Yang avec Margot & Sandra

19h30

Diner veggie

— SAMEDI

8h

Collation

8h30-10h30

Vinyasa Flow avec Sandra

11h-13h

Brunch veggie (sucré/salé)

13h30-15h30

Temps libre / spa

15h30-17h

Introduction à la vie du yogi

17h-18h30

Yin & meditation : Margot & Sandra

19h30

Diner veggie

— DIMANCHE

8h

Collation

8h30-10h30

Vinyasa Flow avec Margot

11h-13h

Brunch veggie (sucré/salé)

13h-15h

Temps libre / Balade dans les alentours

15h-16h30

Slow flow avec Sandra

17h

Retour à Toulouse

La cuisine



C'est Valentine, ancienne chef chez Peacock, qui nous accompagnera tout au long de ce week-end.

Elle concoctera brunch & diner veggie, le tout dans l'esprit de ce que vous avez pu découvrir à la cantine Peacock depuis son ouverture.



Les tarifs



— **CHAMBRE PARTAGEE**
450€

— **CHAMBRE SINGLE**
495€

15 PLACES DISPONIBLES

*Possibilité de paiement en 2 ou 3 fois.
En cas d'annulation pour cause du Covid-19, la
date sera reportée*

Infos & Réservations



EMAIL

peacocktoulouse@gmail.com

SITE WEB

peacock-toulouse.com

TELEPHONE

09 88 32 93 89