

YOGA DES COLLINES



STAGE

« YOGA ET DECOUVERTE DES AÇORES (ILHA DO PICO) »

du 1^{er} au 8 novembre 2023

avec Marie Rousseau

Prix, contenu et programme du stage

Le prix du stage s'élève à 895€. Le stage est limité à 6 participant.e.s.

Le stage débute le mercredi 1^{er} novembre en soirée (accueil et repas du soir) et se termine le mercredi 8 au matin (petit-déjeuner et départ).

Il comprend (sujet à adaptation suivant la météo):

- 5 x 2h30 de pratique yoga et ayurveda, en principe en matinée
- 2 excursions organisées (visite de la ville de Horta (Faial), visite de la *Gruta das Torres*)
- 2 randonnées au coeur des paysages protégés et typiques de l'île de Pico
- la pension complète (sauf deux sorties restaurant), en chambre double partagée (twin) ; possibilité de single limitée et moyennant supplément (175€)
- la prise en charge de tous les déplacements depuis et vers la gare maritime d'Horta entre le 1^{er} et le 8 novembre
- une après-midi libre

Le stage ne comprend pas :

- les vols
- les transferts en taxi aéroport d'Horta - Gare Maritime d'Horta (prévoir 12 à 14€ le trajet (partagé) par voiture)
- 2 repas restaurant (un à Horta et l'autre à Pico le dernier soir)
- une demi-journée de sortie en mer « whale watching », une des activités phares de l'île, sur réservation préalable (option alternative de randonnée ou après-midi libre)
- les boissons autres que l'eau et tisanes à volonté
- la possibilité de massage ayurvédique (80€ - emporter deux grands essuies avec vous)

Arrivée aux Açores le 1^{er} novembre

Les vols à cette saison ne sont pas quotidiens et desservent plus facilement l'île de Faial, à 25 minutes de navette bateau de l'île de Pico.

Vol : Azores Airlines S4151, Lisbonne (LIS)-Horta (HOR), mercredi 1/11, départ Lisbonne à 08h.

Via les réservations de la TAP Airlines (www.flytap.pt), compagnie nationale portugaise, vous pouvez trouver un vol combiné en un seul billet depuis Bruxelles ou Paris, avec étape nocturne à Lisbonne (nombreux hôtels possibles et faciles proches de l'aéroport) et ce vol le mercredi matin opéré par Azores Airlines. Si vous souhaitez en profiter pour faire une petite étape personnelle à Lisbonne, prenez dans ce cas un aller-retour Lisbonne de votre choix, et réservez l'aller-retour Lisbonne-Horta directement avec Azores Airlines, départ le 1/11 et retour le 8/11.

Prendre un taxi de l'aéroport jusqu'à la Gare Maritime d'Horta.

Point de rendez-vous pour prise en charge : mercredi 1^{er} novembre à 13h30 à la Gare Maritime d'Horta (île de Faial) et transfert vers Pico et le lieu de résidence.

Hébergement et moyen de locomotion

Vous serez hébergés à la Guesthouse *Miradouro da Papalva*, chez Ellen, sur les hauteurs du village de São João (miradourodapapalva.com), à quelques minutes en voiture du lieu de pratique, vue sur le village et l'océan.

Tous les transferts quotidiens en minibus sont organisés et pris en charge.

Départ des Açores le 8 novembre

Mercredi 8 novembre, vol Azores Airlines S4150, Horta-Lisbonne, 10h40.

Transfert pris en charge le matin depuis votre logement jusqu'à la Gare Maritime d'Horta.

Comme à l'aller, prendre un taxi de la Gare Maritime d'Horta jusqu'à l'aéroport, voiture partagée.

Idem qu'à l'aller, la TAP vous ramènera cette fois en une seule journée vers Bruxelles ou Paris après escale à Lisbonne.

AVION, en résumé : pour un voyage direct sans séjour personnel à Lisbonne, vous devez réserver via la TAP un Bruxelles ou Paris vers Horta (HOR), départ le 31/10 (avec nuit à prévoir à Lisbonne) et retour le 8/11.