



*Le Mas des Peyres*

# STAGES RESSOURCE

RETROUVEZ VOTRE VRAIE NATURE



# Venez vous ressourcer en pleine nature

Accordez-vous, dans l'instant présent, une pause estivale pour vous ressourcer **corps, esprit et mental** dans un domaine privilégié en pleine nature, au cœur du massif forestier du Luberon.

Nos *Séjours Ressources* au Mas des Peyres sont des **voyages expérientiels**, avec comme destination la rencontre de soi.

# Le Programme



## Soin ayurvédique

2 séances  
de massage et/ou  
de soins ayurvédiques

\*



## Yoga

Ashtanga yoga  
& Hatha yoga  
& Yin yoga



## Méditation active

Méthode Osho®



## Atelier Danse

Au cœur de son corps  
et de son mouvement

*\*Possibilité de réserver 1 massage supplémentaire ou soin aquatique ATMA®*

## Journée type 1

- 8h : Yoga (1h30)
- 9h30 : Petit-déjeuner
- 10h30 : Atelier (1h30)
- 12h30 : Déjeuner
- 13h30 : Temps libre

*Accès à la piscine et espace détente*

- 16h : Méditation active Osho (1h)
- 18h : Yoga (1h30)
- 19h30 : Dîner

## Journée type 2

- 8h : Yoga (1h30)
- 9h30 : Petit-déjeuner
- 10h30 : Marche en pleine conscience
- 12h30 : Déjeuner
- 13h30 : Temps libre

*Accès à la piscine et espace détente*

- 16h : Atelier (1h30)
- 18h : Yoga (1h30)
- 19h30 : Dîner

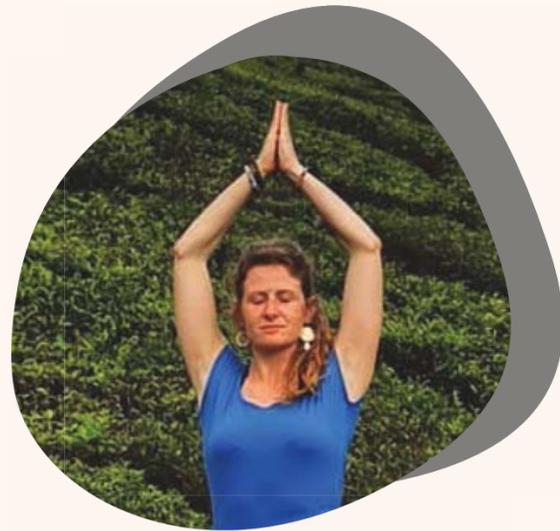


# L'équipe



*Magali*

Ashtanga yoga  
& Yin yoga  
et massage ayurvédique



*Audrey*

Hatha yoga  
et atelier danse



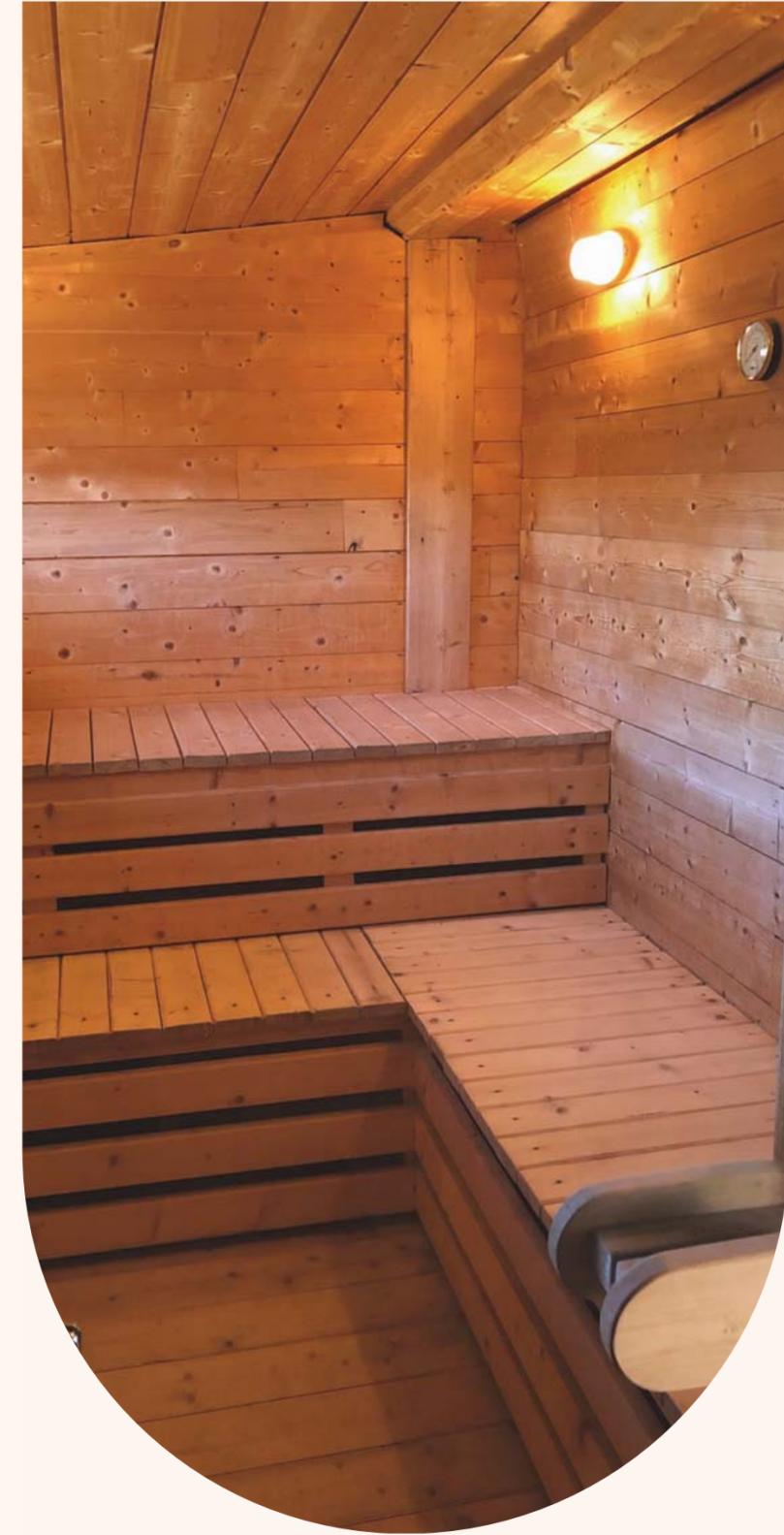
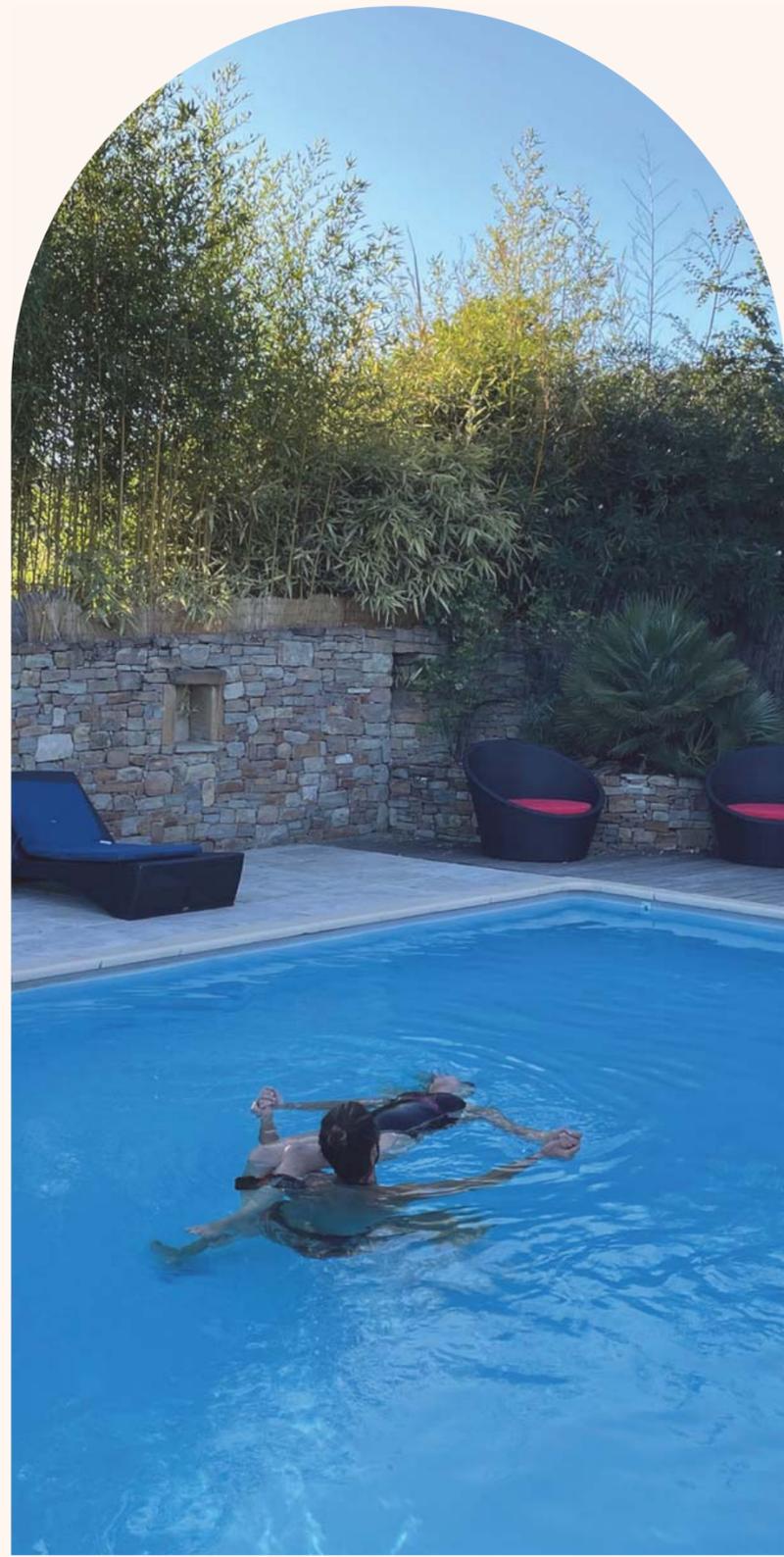
*Clarisse*

Massage ayurvédique  
et atelier danse/chant



*Nathanaël*

Méditation  
active Osho®



# Logements insolites



**Yourte**

5 personnes



**Tipi**

3 personnes



**Kerterre**

Individuel  
(en supplément)



**Chalets et Caravane**

Individuel/Duo  
(en supplément)

Nous vous offrons un cadre bienveillant, un lieu propice au calme intérieur et à la détente, autour de la piscine, du sauna ou du jacuzzi.



# Infos pratiques

**Durée :** 5 jours / 5 nuits, du dimanche soir au vendredi après-midi

**Participants :** 15 personnes maximum

## Tarif

- 750 € Activités, hébergement collectif et repas compris
- 70 € massage supplémentaire ou soin aquatique ATMA®
- 50 € supplément logement individuel/en duo à la semaine

Durant votre séjour, vous pourrez également savourer une cuisine «détox» végétarienne et bio, familiale, locale et teintée des saveurs du monde.

# Séjours 2025

6 au 11 juillet

20 au 25 juillet

3 au 8 août

17 au 22 août



*Le Mas des Peyres*



# Contact

**Pour s'inscrire** ➤ [Le Mas des Peyres|HelloAsso](https://lemasdespeyres.com/helloasso)

**Nous contacter**

06 65 22 65 79

lemasdespeyres@gmail.com

**Adresse**

Les Peyres 04110 Montfuron

**Pour plus d'information** : <https://lemasdespeyres.com/>





*Le Mas des Peyres*