



# CURE DÉTOX & VITALITÉ

## JUS & SMOOTHIES

Printemps 2024

*Mas La Jaina, Var*

---

**18-21 AVRIL**





# MAS LA JAINA

## Bargemon, Var

4 jours ensemble dans maison  
d'hôtes de charme

Piscine naturelle & Espace  
bien-être dans l'arrière-pays  
Varois





# DÉTOX & VITALITÉ

9 jours d'accompagnement

**4 jours au Mas La Jaina**

**Préparation alimentaire  
Reprise alimentaire**

**EN LIGNE**



**Votre programme inclut**

- 1 Bilan de vitalité naturopathique en ligne (1h30)
- Accompagnement en ligne avant et après la cure (préparation et reprise alimentaire)
- 3 sessions yoga
- 2 ateliers théoriques préparation à la restriction alimentaire en ligne
- Groupe de soutien et partage Whats'App et conseils santé détox, rééquilibrage alimentaire et hygiène de vie naturopathique, tout au long de votre cure.
- **4 jours de jus et smoothies au Mas La Jaina, Var**
- 1 Carnet recettes revitalisantes et 1 livret Détox & Vitalité (conseils santé et hygiène de vie en naturopathie)



Détox  
douceur

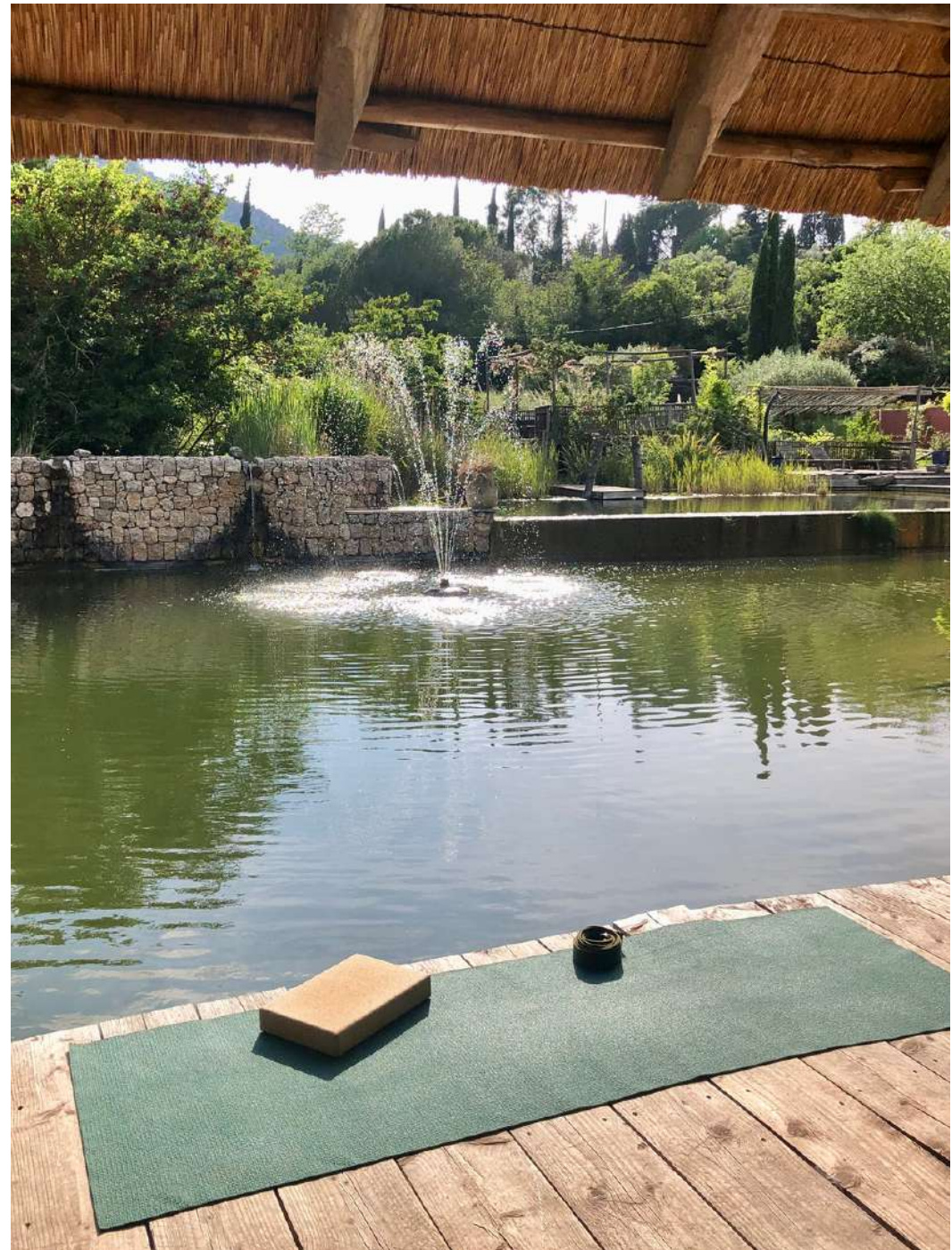
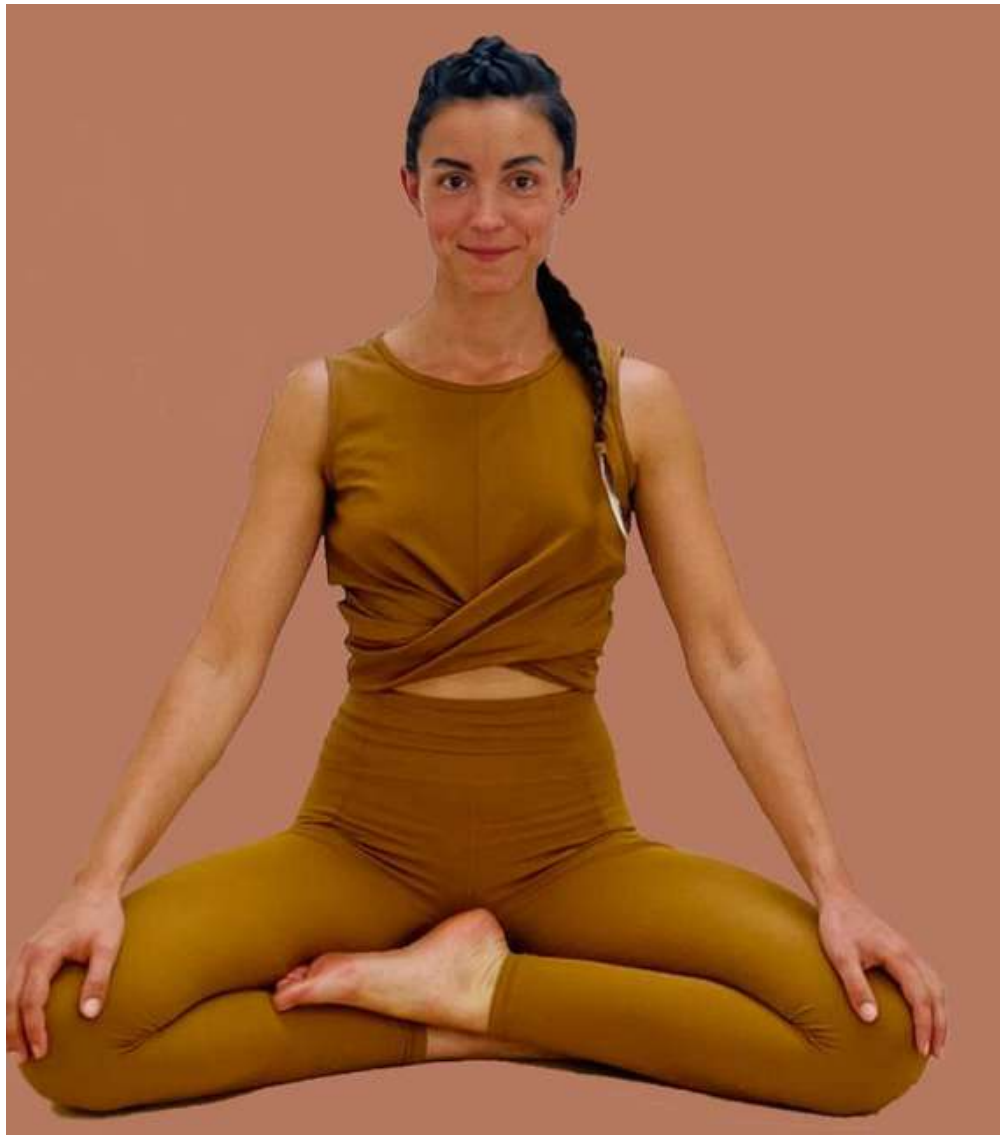
Vitalité

JUS  
&  
SMOOTHIES

avec Christine Chantelat,  
naturopathe

Jus, smoothies  
& Eaux détox





# YOGA

avec Karine Hoa



“ Par la reconnexion au souffle de vie, on vient s’harmoniser énergiquement au travers du corps en mouvement”





# MASSAGES\*

---

## **Soin détox**

Massage corps détoxifiant  
aux huiles essentielles

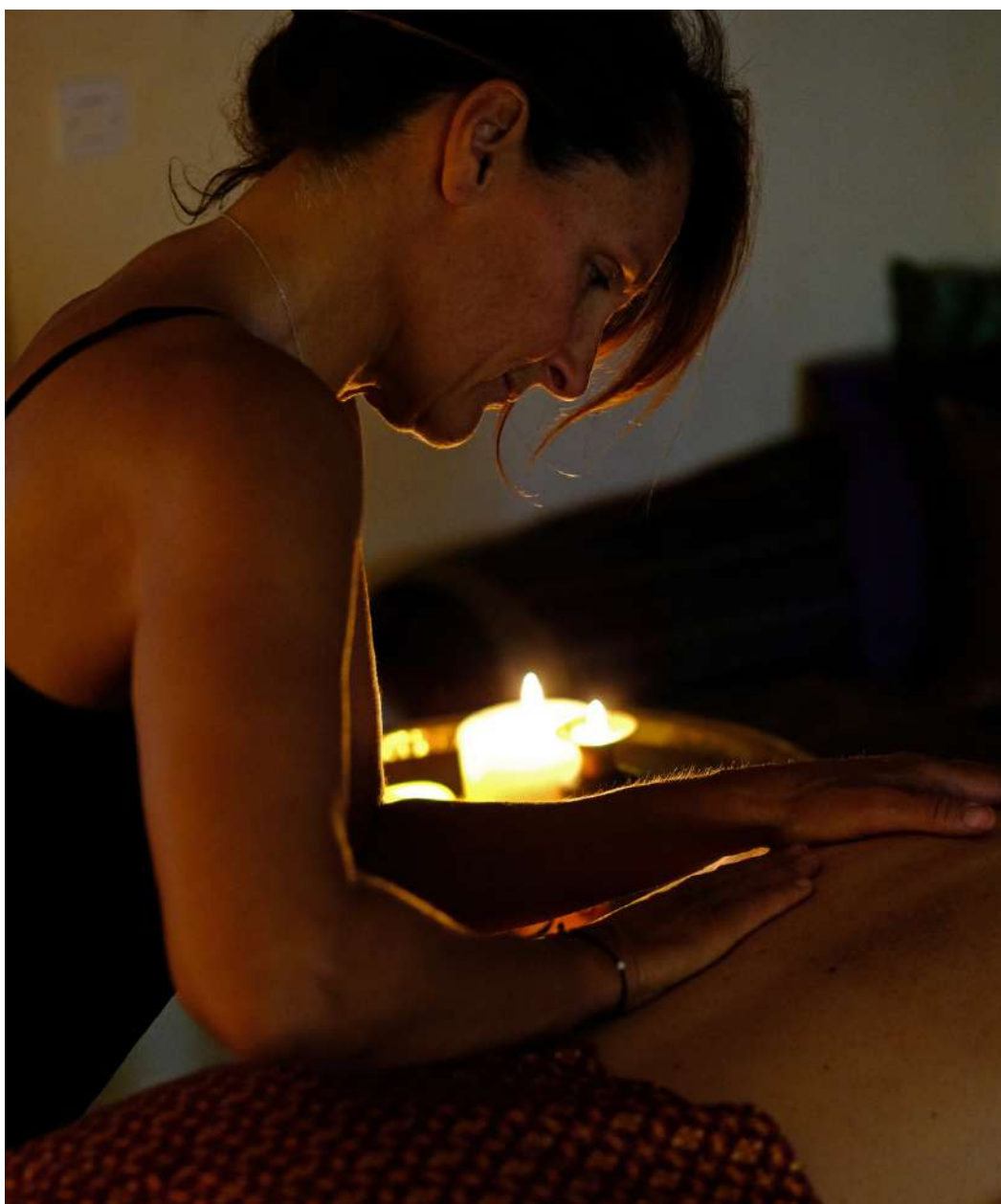
## **Soin détente**

Massage aromatique  
et pierres chaudes

## **LE CHI NEÏ TSANG**

Massage holistique des organes du  
ventre

\* en option





**CURE DETOX & VITALITÉ**

**JUS & SMOOTHIES**

**Printemps 2024**

*Mas La Jaina, Var*

**18-21 AVRIL**

## TARIFS

Hébergement : entre 60 et 150 € /  
la nuit (3 nuits)

Cure de jus & smoothies, yoga  
et accompagnement en ligne

250 € / personne

& 220 € par personne pour inscription «  
duo »

Accès SNCF par Draguignan- Les Arcs  
Taxis partagés à l'arrivée.

Résa & Infos via MP

@yoganaturotrip

ou au 06 08 75 64 82

