

PROGRAMME DU STAGE EN TOSCANE

	20-May	21-May	22-May	23-May	24-May	25-May	26-May
	samedi	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
08h30		8h30 - Méditation	8h30 - Méditation	8h30 - Méditation	8h30 - Méditation	8h30 - Méditation	8h30 - Méditation
09H00		9h-10h Petit déjeuner	9h-10h Petit déjeuner	9h-10h Petit déjeuner	9h-10h Petit déjeuner	9h-10h Petit déjeuner	9h-10h Petit déjeuner
09H30							
10H00		10h - 12h Hatha Flow	10h - 12h Hatha Flow	10h - 12h Hatha Flow	10h - 12h Hatha Flow	10h - 12h Hatha Flow	10h - 11h Libérer les chambres
10H30							11h - 13h Clôture du stage
11H00							
11H30							
12H00		12h - 13h30 Bhagavad Gita	12h - 13h30 Bhagavad Gita	12h - 13h30 Bhagavad Gita	12h - 13h30 Bhagavad Gita	12h - 13h Bhagavad Gita	
12H30						13h - 14h Repas Ginepri	
13H00				13h30 - 14h30 Repas Ginepri			
13H30							
14H00	<i>VOL CONSEILLÉ : Easy Jet départ Paris 14h15</i>	13h30 - 18h Temps libre	13h30 - 18h Temps libre	14h30 - 16h Temps libre	13h30 - 18h Temps libre	14h - 19h Visite archéologique Baratti/Piombino + Village de Campiglia Marittima	
14H30							
15H00							
15H30							
16H00	À partir de 16h : arrivée et installation à l'hôtel			16h - 22h Visite du vignoble + oliveraie; apéro dînatoire			<i>VOL CONSEILLÉ : Easy Jet retour depuis Pise 16h30</i>
16H30							
17H00							
17H30							
18H00		18h - 20h Hatha doux	18h - 20h Hatha doux		18h - 20h Hatha doux		
18H30							
19H00						19h-20h30 Temps libre	
19H30	Ouverture du stage						
20H00							
20H30	20h30 Apéro dînatoire - Ginepri	20h30 Repas - Ginepri	20h30 Repas - Ginepri		20h30 Repas - Ginepri	20h30- Dîner au restaurant (facultatif)	
21H00							
21H30							