



DATES :
DU 23 AU 29 JUIN 2019

SÉJOUR :
7 JOURS / 6 NUITS

TARIFS PAR PERSONNE :
FORFAIT VILLAGE 381 €
ACTIVITÉS CAMI 486 €

PLUS D'INFORMATION :

Les Hauts de Najac
Le Puech Moutonnier
12270 NAJAC
04 73 43 53 66
www.vvf-villages.fr

Réservation ouverte à partir du 07
Janvier 2019



Najac est un village au patrimoine architectural magnifique et possède un environnement naturel exceptionnel.

OBJECTIFS DU SÉJOUR :

- Redécouvrir son corps autour d'ateliers
- Apprendre à préserver une bonne santé physique avec des activités physiques douces

PROGRAMME DU SÉJOUR 7 JOURS / 6 NUITS :

Jour 1 / Arrivée en fin d'après-midi au village de Najac

Dîner et nuit au village

Jour 2 / Matin : séance de médiation - atelier sur le fonctionnement du corps humain

Déjeuner - Après-midi : séance de médiation

Dîner et soirée au village

Jour 3 / Matin : séance de médiation

Déjeuner - Après-midi : Najac et sa forteresse (6 km A/R) - visite guidée du bourg de Najac - visite guidée de la forteresse puis temps libre

Dîner et soirée au village

Jour 4 / Matin : séance de médiation - atelier sur le fonctionnement du mouvement

Déjeuner

Après-midi : libre, détente - piscine, balade...

Dîner et soirée au village

Jour 5 / Matin : séance de médiation - atelier mouvement vie quotidienne ou geste sportif

Déjeuner

Après-midi : Villefranche-de-Rouergue (50 km A/R) - visite accompagnée de l'église Notre Dame - visite guidée de l'Abbaye de Loc Dieu et visite libre de son superbe parc paysager

Dîner et soirée au village

Jour 6 / Matin : séance de médiation

Déjeuner

Après-midi : libre, détente - piscine, balade...

Dîner et soirée au village

Jour 7 / Départ après le petit déjeuner

L'ordre de ces visites peut être modifié en fonction de la disponibilité des sites et des conditions météorologiques

INCLUS :

- L'hébergement en chambre double 2 personnes
- La pension complète, café non inclus, vin offert, du dîner du 1er jour au petit déjeuner du dernier jour dont un dîner terroir
- La fourniture du linge de toilette et lits faits à l'arrivée
- L'animation, un groupe musical ou un spectacle en soirée
- L'intervention d'un praticien sur l'activité médiation
- L'accompagnement des excursions et les entrées des visites prévues au programme

NON INCLUS :

- Le transport en voitures particulières sur place
- Les frais de déplacement (carburant, assurance, péages, stationnement - sauf mention particulière -) à la charge du client
- La taxe de séjour (tarif 2018) : 0,70€ / nuit / personne - à régler sur place -
- Les assurances multirisques
- Les frais de dossier : OFFERT

