



Ariège · Parc Naturel des Pyrénées · Couserans

Notre séjour « Mieux -Être »

Du vendredi 23 octobre 2026 à 14h00
Au dimanche 25 octobre 2026 à 17h00

S'accorder un temps de reconnexion avec soi
et repartir avec un élan et une confiance renouvelés



Trouver la stabilité dans l'instabilité

Et si la force venait du dialogue entre le féminin et le masculin ?

Dans un monde où se réunifier et s'ancrer devient un besoin vital, nous vous invitons à expérimenter l'alliance puissante du yoga thérapeutique et de la lecture symbolique des contes.



Marie Chandelon

Psychanalyste jungienne & conteuse

Emmanuel Martin

Thérapeute manuel intégratif & yoga thérapeutique

Vendredi à 14h00	Samedi	Dimanche à 17h00
Accueil Installation Rencontre du groupe Repas du soir partagé auberge espagnole	Yoga eveil & énergie Contes & psy jungienne Marche en nature Soirée : repas proposé par Laurent Bubola	Yoga eveil & énergie Contes & psy jungienne Marche en nature
260 € par personne 2 nuits	Ce forfait comprend l'hébergement, le repas du samedi soir Le dîner du vendredi, les 2 petits déjeuners, les 2 déjeuners du samedi et dimanche seront cuisinés ensemble en format auberge espagnole	
150€ pour la pratique du stage 110€ pour l'hébergement et le repas du samedi soir	Pour la pratique ,un versement de 50€ d'arrhes vous sera demandé (contacter Marie au 06 88 41 66 28) Le règlement de l'hébergement et du repas se fera sur place ainsi que la taxe de séjour (1,44€/jour et /pers) (CB - chèque- espèce)	



Un cadre qui fait vibrer !

Le gîte est situé en plein cœur du Parc Naturel Régional où les espaces sont préservés et la biodiversité exceptionnelle. C'est dans ce lieu que nous vous avons concocté un programme pour que l'alchimie de la nature, des sens et du vivant révèlent les imaginaires instinctifs et la magie des rencontres comme l'observation du brame du cerf.

L'alchimie culinaire selon Laurent Bubola



Informations pratiques

Accès

📍 Peyrefitte et Souleille · 09420 Lescure, Ariège

🚗 1h de Toulouse (A66 puis N20)

P Grand parking privatif gratuit

A prévoir

📍 Chaussures de marche, vêtements chauds

📍 Tapis ou coussin de Yoga

Hébergement

🛏 6 chambres privatives avec salle de bains

♿ 1 chambre PMR

Restauration

🍽 3 repas en cuisine partagée

🍽 Soirée du samedi . Cuisine du Chef Laurent Bubola

Participez à ce séjour et réservez votre place
Gîte de Peyrefitte

☎ 06 71 76 80 86 · 🌐 www.gites-peyrefitte-09.fr
gitedepeyrefitte.ariège@gmail.com

Yoga et Psy

☎ 06 88 41 66 28 · 🌐 <https://yogaetpsy.fr>
contact@yogaetpsy.fr