

**HAMMAM JACUZZI BALNEO HYDROMASSAGE
ORGANISE PAR L'AGENCE GUIDERAMA International**

Séjour Bien être
* de 4 à 7 JOURS *
3 à 6 personnes

Un séjour en vacances devrait être toujours l'occasion de prendre soin de soi, de se "poser", de découvrir de nouvelles activités en famille ou entre amis.

Dans un environnement préservé, au coeur du Vercors, le gîte "Les Lauzes" classé 4 étoiles / 3 épis gîte de France vous propose son nouvel aménagement "**Bien-être**" : hammam, hydromassage et baignoire balnéo en accès libre.

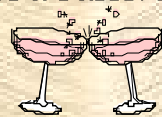
Si le coeur vous en dit, vous pouvez également découvrir les 2 nouveaux produits élaborés par l'agence GUIDERAMA International "**BIEN-ETRE ET DECOUVERTE**", offre **FAMILLE** et offre **ADULTE**.

- ◇ L'offre "**FAMILLE**" vous permettra de vous livrer avec vos enfants (à partir de 6 ans) à des activités ludiques et de détente comme la **piscine à vagues** de Villard-de-Lans, la **sophrologie**, ou encore l'initiation à un des plus anciens instruments de musique du monde, le **didgeridoo**.
- ◇ Avec l'offre "**ADULTE**", vous vous consacrerez davantage à la **détente** avec des ateliers de **sophrologie** et de **réflexologie**, sans oublier l'amusante pratique du **didgeridoo**, cet instrument de musique à vent élaboré par les aborigènes d'Australie.

Les ateliers de sophrologie, réflexologie encadrés par des professionnels diplômés et de vibrations sonores auront lieu au gîte, en séances à domicile, sans que vous ayez à vous déplacer.

Les petits "plus" qui comptent...

Un **pot d'accueil** vous sera servi à l'arrivée dans le gîte et vous pourrez **découvrir** le "**Sentier du Patrimoine**" de Lans-en-Vercors, en **compagnie du propriétaire**.



Pour une semaine ou en mid-week, au gîte rural "**Les Lauzes**", il y a sûrement une formule "Bien-être et découverte" pour vous...

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS : En exclusivité

AGENCE GUIDERAMA International
BP 21 - 38250 LANS-EN-VERCORS -
Tél. 04 76 95 42 11 - Mail : resa@guiderama.com
HA 038 01 0001

Nota : La **réservation** du gîte "**Les Lauzes**" auprès des Gîtes de France Isère est préalable à tout achat de séjour "Bien-être"

Conditions de vente pour ces 2 séjours :

- Offres "packagées" : les prestations ne sont pas interchangeables sur les 2 offres et il n'est pas possible de supprimer ou d'ajouter des prestations. Le tarif est fixe.
- Les prestations non consommées ne seront pas remboursées.
- Réservation au moment de la location du gîte sous réserve de disponibilité des intervenants. Calendrier des activités confirmé à l'arrivée, selon disponibilité des intervenants.

Descriptif des séjours de 3 à 6 Personnes

Validité : 07 novembre au 19 décembre 2009, du 02 janvier au 06 février 2010 et du 06 mars au 1er mai 2010

-> OFFRE FAMILLE (enfants à partir de 6 ans)

Les séances privées de sophrologie, réflexologie et de vibrations sonores ont lieu au gîte et sont strictement réservées aux hôtes.

- Accès libre à la baignoire balnéo et au hammam du gîte (hammam réservé aux adultes et aux enfants de + 15 ans et en bonne santé)
- Carte de 2 entrées minimum par personne à la piscine à vagues de Villard-de-Lans (vagues l'après-midi uniquement)
- 1 atelier d'initiation à la sophrologie. Durée : 1 h 30
- 1 balade sophrologique dans le village. Durée : 1 H 30 (en cas de mauvais temps, reportée ou remplacée par une séance à l'intérieur)
- 1 atelier "Vibrations sonores". Durée : 1 h 30. Le didgeridoo est un des premiers instruments de musique découverts il y a environ 60 000 ans par le peuple aborigène d'Australie. C'est un instrument à vent riche en vibrations sonores et utilisé par les aborigènes pour réciter des contes, dialoguer avec la nature. (Vous apprendrez à connaître la légende de cet instrument, ses origines, sa symbolique et son utilité en musicothérapie...)
Vous pourrez aussi en jouer en maîtrisant les techniques de bases puis peu à peu en créant des rythmes et en jouant en groupe.

La séance sera précédée d'un échauffement vocal par des chants diphoniques et d'une approche par la relaxation sonore.

° OFFERTS :

- Pot d'accueil et cadeau de bienvenue
- Découverte accompagnée par le propriétaire du "Sentier du Patrimoine" de Lans-en-Vercors (durée 1 h 30 à 2 h). En cas de mauvais temps : balade reportée ou remplacée par la visite de la "Maison du Patrimoine" à Villard de Lans.

PRIX PAR PERSONNE
Adulte
(enfant à partir de 6 ans uniquement)
A partir de **99 €**

*** L'offre "FAMILLE" peut également être souscrite par des adultes sans enfant.***

La piscine à vagues de Villard-de-Lans étant fermée du 07 au 18 décembre 2009, l'offre "FAMILLE" reste valable sans accès piscine et sera remplacée par une séance-découverte de yoga ou de relaxation ou de fabrication de didjeridoo.

-> OFFRE ADULTES

Les séances privées de sophrologie, réflexologie et de vibrations sonores ont lieu au gîte et sont strictement réservées aux hôtes

- Accès libre à la baignoire balnéo et au hammam du gîte (hammam réservé aux adultes et aux enfants de + 15 ans et en bonne santé)
- 1 atelier d'initiation à la sophrologie. Durée : 1 h 30
- 1 balade sophrologique. Durée 1 h30 à 2 h (en cas de mauvais temps, reporté ou remplacé par une séance de sophrologie à l'intérieur)
- 1 séance d'initiation à la réflexologie. Durée 2h. Possibilité d'envisager des séances individuelles selon disponibilité de la réflexologue (en supplément : à partir de 25€ pour 30 min)
- 1 atelier "vibrations sonores" : découverte du didgeridoo. Durée : 1 h 30

* OFFERTS :

- Pot d'accueil et cadeau de bienvenue
- Découverte accompagnée par le propriétaire du "Sentier du Patrimoine" de Lans-en-Vercors (durée 1 h 30 à 2 h). En cas de mauvais temps : balade reportée ou remplacée par la visite de la "Maison du Patrimoine" à Villard de Lans.

PRIX PAR PERSONNE
Adulte
A partir de **105 €**

