



YOGAWEEK IN FRANKRIJK 2023 DOMAINE LA BLACHE

**Vrijdag 18 augustus tot en met vrijdag 25 augustus 2023
en/of
Zondag 27 augustus tot en met zondag 3 september 2023**



'EEN YOGAWEEK VOOR JEZELF, THUISKOMEN OP EEN STILTE-EILAND IN DE HAUTE PROVENCE'

Wij organiseren al vele jaren yogaweken naar Frankrijk en Bali. Voor 2023 kiezen wij voor de tweede keer voor Domaine La Blache. Een prachtige droomlocatie in het zuiden, een eeuwenoude boerderij nederzetting.

De plek staat bekend om zijn volkomen stilte en zuivere lucht. Hier is het 's nachts echt pikdonker en de heldere sterrenhemel is er op z'n mooist.

La Blache is een Provençaalse hoeve, met de sfeer van een gehucht. Het ligt op een plateau, op 800 meter hoogte en is omringd door lavendel- en korenvelden, een weids landschap, kleine beboste dalen en een panoramisch uitzicht op de Alpen, Montagne de Lure, de Mont Ventoux en de formaties van de Gorges du Verdon. Het ligt dichtbij het meer Lac de Sainte Croix.



Domaine La Blache ligt op 5 hectare grond. Het ligt bovenop een lavendelveld, aan de rand een verrassend ruig ravijn en direct aan bossen.



ACCOMMODATIE

De accommodatie bestaat uit een hoeve van meerdere gites, die vlak naast elkaar liggen. Ze hebben allemaal een andere naam en een andere indeling. Het zijn knusse, authentieke huisjes, die bestaan uit dikke muren, balken aan het plafond, met een keukentje, badkamer, diverse slaapkamers en veelal met ook nog een eigen terras. Alle gites hebben een houtkachel. In totaal zijn er 6 appartementen, elk met 1 badkamer die gedeeld wordt. We kunnen 8 deelnemers een privé kamer bieden. Er zijn daarnaast meerdere ruime tweepersoonskamers. Er zijn gites geschikt voor 2, 3, 4 of zelfs 6 personen. De bedden zijn heel comfortabel en vorig jaar zijn de gites opgeknapt.

Er is een binnenplaats (een ommuurde binnentuin), waarin je heerlijk kunt vertoeven; er staan diverse tafels en banken.

De yoga/werkruimte is eenvoudig gerenoveerd, een mix van oude elementen en strakke vormgeving, kunst en grote houtkachel, maakt het tot een sfeervolle zaal. Er zijn matjes aanwezig en diverse meditatiekussens.

Op diverse grote buitenterrassen kun je genieten zittend bijvoorbeeld onder de vijgenboom of onder de druivenranken, kastanje- en amandelbomen, of in de zon genietend van het weidse uitzicht op de Alpen, de Mont Ventoux en eindeloze lavendelvelden. De uitgestrektheid is enorm. Je kunt bij helder weer 360 graden om je heen kijken wel tot 150 kilometer ver. La Blache heeft een eigen bron.

Tijdens de yogaweek kun je dagelijks genieten van een ruim en gevarieerd ontbijt, een gezonde, zeer smakelijke lunch en een verrukkelijk diner 's avonds. Het eten is biologisch, gezond en er wordt gekookt met eerlijke streekproducten.

De omgeving is indrukwekkend; die nodigt uit tot rust en bezinning. Je kunt er eindeloze wandelingen maken. In de buurt ligt het kleine, pittoreske plaatsje Saint-Jurs. Dan heb je het plaatsje Mont Denier, wat tegen een helling is gebouwd. De tijd lijkt er stil te staan. In de buurt zijn gezellige plaatsen, zoals Riez, waar je een typisch Franse markt kunt bezoeken. Je kunt ook een tocht maken en je laten betoveren door de Gorges du Verdon.



PROGRAMMA

Gestimuleerd door de natuur, de omgeving en de deelnemers, bieden de yogadocenten een afwisselend programma aan.

Dat bestaat o.a. uit yoga, meditatie, do-in, sacrale dans en nog veel meer. Als onderdeel van het programma zullen we mediteren op het plateau van Valensole, een wandeling maken langs prachtige, uitgestrekte lavendel- en korenvelden, bomen en bossen. We bezoeken de authentieke markt in Riez en in overleg met elkaar kunnen we een tocht maken door de Gorges du Verdon. Het programma en de prachtige, stille omgeving bieden je de ruimte om je te verdiepen in yoga en volledig tot jezelf te komen.

Natuurlijk is er ook voldoende tijd om te genieten van alles wat de yogaplek te bieden heeft. Tijd voor jezelf...

Zeven dagen lang:

je verdiepen,

je ontspannen,

tijd om te voelen,

te ervaren,

te bezinnen,

jezelf te ontmoeten,

te delen,

samen te zijn,

jezelf te zijn... 'La Blache, kom tot rust op deze eeuwenoude plek.'



**PRIJS**

De prijs bedraagt € 1075,- per persoon, op basis van eigen vervoer.

De prijs per persoon is gebaseerd op een compleet verzorgd verblijf op basis van volpension, dus ook inclusief het hele yogaprogramma.

Inclusief:

- verblijf in een privé kamer alleen, of met z'n tweeën in een tweepersoonskamer (in overleg), beide met een badkamer die je deelt met 1 of 2 andere deelnemers
- inclusief lakens en handdoeken;
- volpension (gevarieerd ontbijt/lunch en diner);
- het yogaprogramma, excursies, uitstapjes, wandelingen, etc.

Exclusief:

- excl. reiskosten van en naar de verblijfsaccommodatie;
- dranken (koffie en thee bij ontbijt is inbegrepen);
- reiskosten tijdens uitstapjes;
- eventuele entreegelden;
- persoonlijke uitgaven.

REISMOGELIJKHEDEN

- *Per auto* De enkele reisafstand vanaf Den Haag naar Saint Jurs in Frankrijk bedraagt 1250 kilometer.

-*Per vliegtuig*

Naar de luchthaven Marseille, Nice, Toulon of Lyon. De luchthaven Marseille ligt op 120 kilometer en is te bereiken met diverse maatschappijen. Er zijn dagelijkse vluchten.

- *Lokale autohuur*

Op de luchthavens van Marseille en Nice zijn diverse autoverhuurmaatschappijen.

INSCHRIJVING

Inschrijving vindt plaats door middel van een volledig ingevuld inschrijfformulier, met een aanbetaling van € 150,-. Het aantal deelnemers is maximaal vijftien.

HET TEAM

Lucia de Jong, eigenares van Yogastudio Westland. Zij organiseert al meer dan 20 jaar yogaweken in het buitenland. Lucia geeft yoga, meditatie, zingt mantra's en geeft sacrale dans (meditatie in beweging). Koen de Haas, heeft 10 reizen samen met Lucia georganiseerd, Koen geeft yoga en meditatie. Gastheer en gastvrouw zijn Denis en Christine en tevens verzorgen zij de maaltijden op La Blache.

MEER INFORMATIE

Meer informatie over de yogaweek is te verkrijgen bij Lucia de Jong, telefoon 06 26 85 28 48, Koen de Haas 06 27008103, of kijk op yogawestland.com.

Op zondag 29 januari 2023 is er van 14.00 tot 16.00 uur een informatiemiddag in Yogastudio Westland.



Saint-Jurs

HET ADRES

La Blache 04410 Saint Jurs Frankrijk
Telefoon +33 492 74 31 98