

MODALITÉS HÉBERGEMENT ET ACCÈS AU MONASTÈRE  
SÉJOUR MINDFULLNESS - 11-16 février 2025 – Geneviève Hamelet

Date arrivée : mardi 11 février 2025  
Date départ : dimanche 16 février 2025

heure d'arrivée : après-midi  
heure départ : après-midi

**Forfait global pour le séjour en pension complète 6 jours - 5 nuitées**

Type de chambre	TVA et taxe de séjour comprises
Suite triple – quadruple	560 €
Chambre double ou twin	635 €
Chambre individuelle	760 €

**Conditions**

- Réservation à faire auprès de Geneviève Hamelet, tout comme régimes alimentaires éventuels.
- Repas majoritairement végétariens et bio ; café – thé - tisane lors des pauses offerts.
- Chambres : les lits sont faits et serviettes de bains fournies.
- Tapis de yoga et coussins de méditation prévus.
- L'hébergement peut être réglé sur place (CB, chèque ou espèces)

**Accès au Monastère**

1) Vous venez par vos propres moyens

plan d'accès sur notre site : [www.monastere-de-segries.com](http://www.monastere-de-segries.com)

Vous pourriez vous mettre en contact avec d'autres participants pour covoiturer.

2) Vous venez en train

- arrivée mardi 11 février 2025

Veillez prendre un train pour Marseille St-Charles, d'où il y a un autocar direct pour RIEZ.

Autocar ligne LER 'ZOU' 67 Marseille – Riez ; départ à 14h20 - arrivée Riez à 16h10.

Billet à acheter dans le car, départ depuis la gare routière, prix indicatif 20 €;

le transfert de Riez au Monastère (9 km) est offert. Fiche horaire LER ZOU 67 [www.autocars-sumian.fr](http://www.autocars-sumian.fr)

- Départ dimanche 16 février 2025

Une navette peut être organisé jusqu'à la gare Aix-TGV, comme le dimanche, il n'y a pas d'autocar

Départ du Monastère à 14h, arrivée gare d'Aix-TGV à 15h30 (il y a un TGV pour Paris à 16h10).

Tarif navette pour Aix-TGV : 25 € par personne.

**Conditions**

- Veuillez prévenir Geneviève Hamelet une semaine à l'avance si vous comptez prendre le(s) transferts proposés.
- Le transfert de dimanche peut être réglé sur place.