



VITALITÉ

LE WEEKEND DONT TU AS BESOIN

2 jours tout compris

13-14 Décembre 2025 dans une villa d'exception dans les bois à
moins d'1h de Paris, à Gif sur Yvette



ACTIV8
HOLISTIC WELLNESS

PROGRAMME

SAMEDI 13

10h : Arrivée

11h: Renforcement musculaire & cardio

12h30: Déjeuner sain et conscient

Temps libre: lecture, sauna, bain froid, jacuzzi, tarots, numérologie

14h: Atelier de demi-groupe: massage avec une pro

15h: Atelier de groupe: numérologie avec une pro

30 min en privé avec les intervenantes & temps libre

18h: Mobilité douce

19h: Dîner sain et conscient

Méditation, développement personnel au coin du feu

DIMANCHE 14

7h: Méditation d'éveil

7h30: Renforcement et cardio dans les bois

9h: Petit-déjeuner sain et conscient

10h: Cercles de gratitude et atelier créatif

11h: Le temps des "au-revoir"

FORMULES

C'EST TOUT COMPRIS*

Villa des Cimes
privatisée à Gif
sur Yvette, Accès
aux équipements
+ tapis fitness
Nuitées en suite

Collations &
En-cas
Déjeuner,
Dîner, Petit-
Déjeuner

3h30 de sport
2h d'ateliers
bien-être
30 min de bilan
privé
6h de détente

Sauna,
jacuzzi, feu de
cheminée,
bain froid,
suite premium

30 min de bilan
en privé avec les
intervenantes:
coach,
numérologue,
masseuse

Livret de
protocoles
personnalisés
délivrés après
le weekend

Place
limitée à 12
personnes
max.

TARIFS

Weekend en solo

390€

Weekend en duo

730€

365€/pers

**Prévoir: les trajets jusqu'à la villa (accessibles à pied depuis le RER), tenues confortables, tenues de sport, chaussures d'intérieur et chaussures d'extérieur (adaptées pour un temps boueux), tongs et chaussons, maillot de bain et serviette de bain, carnet et stylo, nécessaire de toilette et de nuit (masque de nuit, boules quies si besoin), une gourde*

LA VILLA

LES ÉQUIPEMENTS

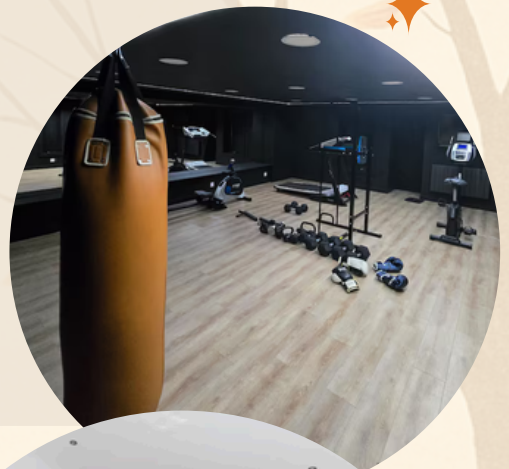
Villa dans les bois

9 suites avec salles de bain attenantes

Sauna, jacuzzi, bain froid, cheminée

Grandes pièces à vivre

Salle de sport intérieure





ACTIV8 HOLISTIC WELLNESS

Le déclic de ton bien-être

Organisation d'évènements sportifs et d'ateliers de bien-être holistique.



CONTACT

06 65 63 39 56

activ8.holisticwellness@gmail.com

PLUS D'INFO & INSCRIPTIONS



www.activ8-holisticwellness.com
[@Activ8.holisticwellness](https://www.instagram.com/Activ8.holisticwellness)

