

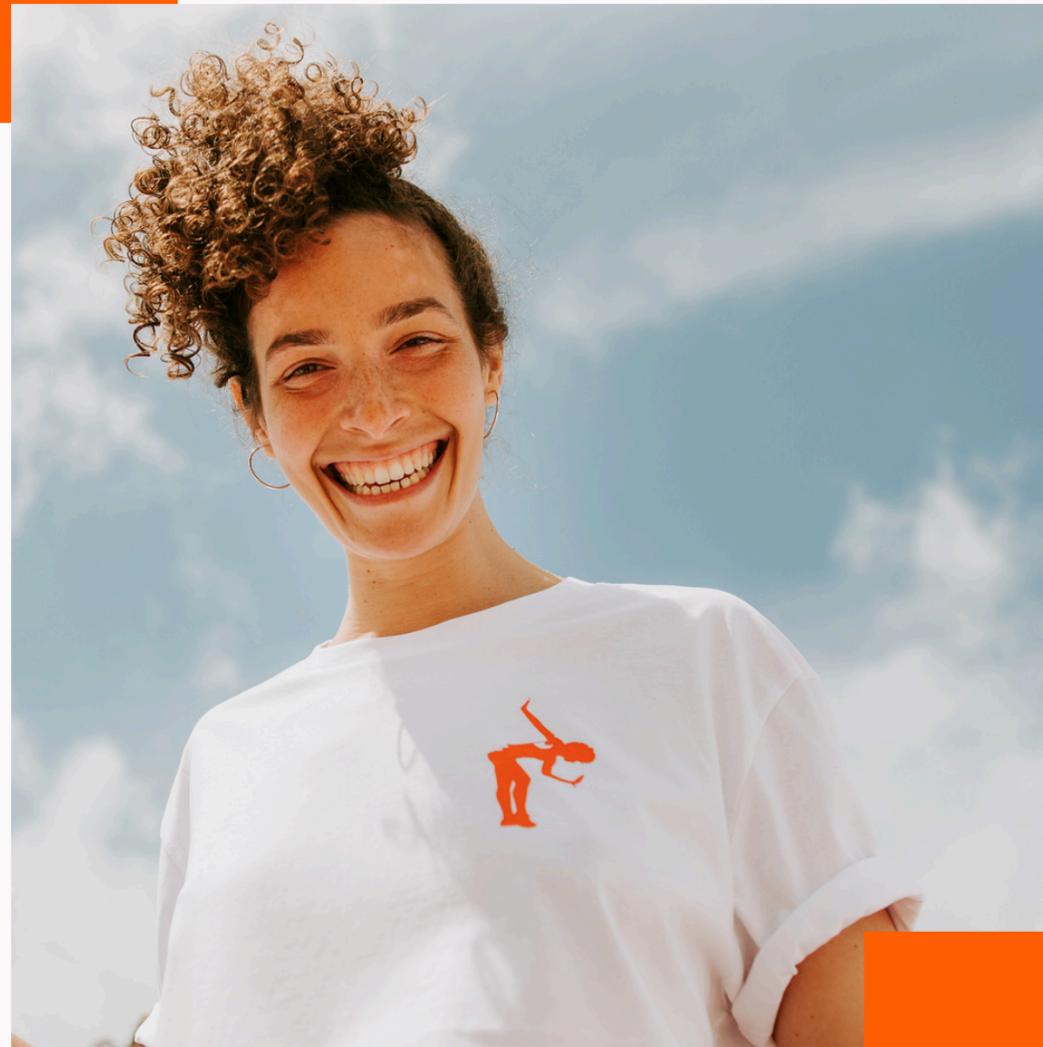
EVERYBODY CAN VIBE !



Afrovibe™ Summer Camp 2025

AFROVIBE™  **dance
workout**

EVERYBODY CAN VIBE !



Du 27/07 au 01/08
Prêt·e pour une semaine
100% GOOD VIBES ?



MONASTERE DE SEGRIS

04360 Moustiers-Ste-Marie

Situé au coeur du parc naturel du Verdon, cet ancien monastère cistercien reconverti en maison d'hôtes, allie convivialité et quiétude pour l'accueil de groupes.

Annemarie et Dhruv, vous feront rapidement sentir chez vous. Ils vous invitent à une tranche de vie inoubliable lors de votre séjour.

LA CUISINE DU MONASTERE

Vous apprécierez **une cuisine végétarienne** qui évolue au fil des saisons, riche en parfums et saveurs provençales. Christophe, le chef, interprète les saveurs méditerranéennes avec brio et créativité et privilégie les **produits locaux et les circuits courts**. La plupart des légumes et des fruits, ainsi que les herbes aromatiques sont fraîchement cueillis dans le jardin du monastère.

"En promenade apéritive, nous vous invitons à parcourir les allées du jardin, d'aller voir le potager, la serre et le verger, pour découvrir les différentes variétés de fruits et de légumes avant de les déguster à table."



PROGRAMME DE LA SEMAINE

EVERYBODY CAN VIBE !

DIMANCHE

A PARTIR DE 14H

WELCOME TO
MONASTERE DE SEGRIES

17H30 - 19H00

AFROVIBE
Holidays Spirit ON !

20H00

SUNSET DINER

VENDREDI

08H30 - 09H00

AWACKING SUNRISE
(Thé, café, eaux, fruits secs)

09H00 - 09H45

MEDITATION GUIDÉE
DEEP STRETCHING
LIBERATION DES CHAMBRES

10H00 - 11H30

AFROVIBE

12H00 - 14H00

BRUNCH & BYE BYE SEGRIES !

LUNDI

08H30 - 09H00

AWACKING SUNRISE
(Thé, café, eaux, fruits secs)

09H15 - 10H00

CONNECT TO YOURSELF
Méditation guidée

10H00 - 11H30

PILATES FUSION

12H00 - 13H00

HEALTHY BRUNCH

13H00 - 16H30

TEMPS LIBRE

17H00 - 18H30

AZONTO BASICS

18H30 - 19H00

STRETCHING

20H00

SUNSET DINER

MARDI

08H30 - 09H00

AWACKING SUNRISE
(Thé, café, eaux, fruits secs)

09H15 - 10H00

CONNECT TO YOURSELF
Méditation guidée

10H00 - 11H30

WAACKING

12H00 - 13H00

HEALTHY BRUNCH

13H00 - 16H30

TEMPS LIBRE

17H00 - 19H00

LIBERE TON CHAKR'ASS

20H00

SUNSET DINER

MERCREDI

08H30 - 09H00

AWACKING SUNRISE
(Thé, café, eaux, fruits secs)

09H15 - 10H00

CONNECT TO YOURSELF
Méditation guidée

10H00 - 11H30

FREE FLOW

12H00 - 13H00

HEALTHY BRUNCH

13H00 - 16H30

TEMPS LIBRE

17H00 - 19H00

ATELIER DE DANSE HOLISTIQUE
ANKH RAGE

18H30 - 19H00

STRETCHING

20H00

SUNSET DINER

JEUDI

08H30 - 09H00

AWACKING SUNRISE
(Thé, café, eaux, fruits secs)

09H15 - 10H00

CONNECT TO YOURSELF
Méditation guidée

10H00 - 11H30

PILATES FUSION

12H00 - 13H00

HEALTHY BRUNCH

13H00 - 16H30

TEMPS LIBRE

17H00 - 18H30

HOUSE DANCE BASICS

18H30 - 19H15

STRETCHING

20H00

SUNSET DINER

Informations pratiques

Inscription

- Se rendre sur notre site : www.afrovibe.fr
- Choisir son option chambre et effectuer le règlement.
- Préparer votre transport (achat billets, covoiturage ...)
- Patienter et rêver du jour J

Tarif

- A partir de 1050€
LE TARIF INCLUS le logement, l'encas du matin, le brunch, le diner, les cours.
LE TARIF N'INCLUS PAS le transport et les activités extérieures.

Transport

On vous recommande de prendre le train jusqu'à Aix-en-Provence TGV puis prendre la navette jusqu'à Riez. Nous viendrons vous chercher à la gare routière.

Vous pouvez aussi proposer / demander un covoiturage et voir s'il y en a dans votre secteur.



**Hâte
d'être
avec
vous !**

contact : hello@afrovibe.fr