



Le format **holistique immersif** dans la Drôme

Retraites Yoga & Floraison

Quatre passages, **quatre expériences au choix**:

Du jeudi **30 avril** au dimanche **03 mai 2026**

Du vendredi **22** au lundi **25 mai 2026**

Du jeudi **11** au dimanche **14 juin 2026**

Du jeudi **08** au dimanche **11 octobre 2026**

Le format **holistique immersif** dans la Drôme **L'intention**

Les retraites Yoga & Floraision mêlent :

Yoga doux ou dynamique, conscient

Temps de repos

Moments d'introspection

Réflexion sur la philosophie du yoga

Temps libres pour marcher, écrire, lire,
simplement être

Moments de partage et échanges sincères

Esprit de la retraite : pas de performance,
pas d'obligation, pas de jugement

Le cadre est volontairement intimiste pour permettre une présence authentique, des échanges naturels et un accompagnement attentif.

Le lieu

Au cœur de la **vallée de la Drôme**, en pleine nature dans une bâtie du XVIIIème siècle, viens te déposer durant quatre jours **dans un de nos deux cottages** à La Souche Fleurie.

Ancre-toi **le temps d'une retraite** dans ce lieu de vie dédié au yoga et bien-être global.

La Souche Fleurie, 26400 Mirabel et Blacons



La Souche Fleurie,
Vue de l'extérieur du cottage



La Souche Fleurie, le cottage Marcel
Pièce de vie

La Souche Fleurie, le cottage Marcel
Une chambre





La Souche Fleurie,
Paysage autour du cottage

La Souche Fleurie, le Jardin d'hiver

Espace intérieur pour la pratique du yoga,
les ateliers, les bains sonores et les repas.



La Souche Fleurie, la Souffleurie
Espace en extérieur pour la pratique du yoga

The image shows a rustic stone fireplace with a wooden mantel. Several small, colorful ornaments are suspended from the ceiling by thin strings. A large green lantern hangs from the right side. The background features a light-colored wooden ceiling.

La Souche Fleurie, le Jardin d'hiver

Détails



La Souche Fleurie, la Souffleurie
Pratique d'un hatha yoga matinal



La Souche Fleurie, le Jardin d'hiver

Pratique d'un yoga doux



La Souche Fleurie, le Jardin d'hiver

Les dîners chaleureux





La Souche Fleurie, le Jardin d'hiver
Cuisson dans le four à pain du XVIIIème siècle



La Souche Fleurie,

Repas & collations gourmandes

Végétarien et local (parents agriculteurs obligent)

Le programme

pratique – transmission – intégration



Hatha yoga quotidien adapté à tous niveaux
(asana, pranayama, méditation)

Bain sonore & moment d'immersion vibratoire

Ateliers holistiques variés : yoga & philosophie,
rituels & outils de mieux-être, cartomancie

Marche en forêt, connexion au vivant

Repas gourmands végétariens faits maison

Moments de partage, d'écoute et de repos

Voir le programme détaillé sur **dejayoga.com**

Les informations pratiques

Pour qui ?

Celles qui cherchent à ralentir, se recentrer,
s'écouter

Débutantes et pratiquantes régulières

Groupe intimiste* exclusivement féminin

*Les places sont **limitées à 6-7 personnes maximum**

3 nuits, 4 jours

590€

Ce prix inclus l'hébergement, les repas, le matériel de yoga,
et les pratiques holistiques

Réservation et information

à jade@dejayoga.com ou au 06 32 38 85 63