



ENTRE FORÊT & OCÉAN

Venez nous retrouver pour vous relier et renforcer votre lien avec le vivant. L'océan et la forêt vous permettent d'aller à la rencontre de votre véritable nature, de votre âme.

Parenthèse ressourçante.
Vous serez accompagné et guidé par une équipe bienveillante.



Terra Atlaya

Bains de forêt & Balades
iodées

- 📍 Vieux Boucau
- 🌐 terra-atlaya.fr
- ✉ terra-atlaya@outlook.fr

QUAND ?

Arrivée le jeudi 19 septembre à partir
de 17h au Beach Camp Temple à Vieux
Boucau
jusqu'au dimanche 22 septembre à 15h .



BIENVENUE

à vous qui êtes sensibles
à vous qui êtes en quête d'harmonie
et d'authenticité
à vous qui voulez apaiser votre
monologue intérieur
à vous qui voulez reprendre confiance
et cultivez la gratitude
à vous qui voulez renouer avec votre
nature profonde





LA NATURE EST MEDECINE

La sylvothérapie et l'océan
thérapie sont deux pratiques
ancestrales de bien être. Alliées à
une nourriture bio et
végétarienne, vous repartirez
plein d'énergie vitale.



*CETTE RETRAITE EST
L'OPPORTUNITÉ
D'APPRENDRE SUR VOUS.
VOUS ALLEZ VIVRE UNE
EXPÉRIENCE
ENRICHISSANTE ET
LIBÉRATRICE AU
CONTACT DE L'OCÉAN ET
DE LA FORÊT*



LES SOINS OPTIONNELS :



SOIN ÉNERGÉTIQUE
avec Coralie, magnétiseuse
Tarif : 60 €



SOIN AQUATIQUE WATSU
Avec Laurie
Tarif: 80 €



MASSAGE
Différents types de massages aux
huiles chaudes.
Tarif : 65 €



Programme :

Arrivée attendue à partir de 17h
19:30 : Cercle d'ouverture suivi du dîner. Présentation du programme

1^{er} jour :

Médecine de la terre

8:30 - Réveil corporel et méditation guidée face à l'océan

9:00 - Petit déjeuner gourmand

Balade iodée avec cercle de la nature

12:30 - Déjeuner végétale

suivi d'un temps libre.

Départ 15h en vélo pour un

Bain de forêt sur le thème de Rencontre avec l'arbre

19:30 - Dîner

20:30 - Conférence avec l'association Itsas Arima et Terra Atlaya.

2^{ème} jour:

Médecine de l'air

8:30 - Séance de cohérence cardiaque face à l'océan.

9:30 - Petit déjeuner gourmand

Balade iodée en silence

12:30 - Déjeuner végétale

Après midi libre

Possibilité de faire des soins:

Massage

Soin énergétique

WATSU

Vélo à disposition pour se balader et découvrir le petit village de Vieux Boucau.

19:30 - Dîner

suivi d'un temps libre.

Départ 20h30 en vélo pour un

Bain de forêt : rituels de lune et Médecine du feu

3^{ème} jour :

Médecine de l'eau

8:30 - Réveil corporel face à l'océan

9:30 - Petit déjeuner gourmand

11:00 - Bain d'Océan *

*en fonction de l'humeur de l'Océan

Guidance pour se relier à l'énergie de l'eau

12:30 - Déjeuner végétale

14:00 - Cercle de clôture et de gratitude

15:00 - Départ

Ce programme est donné à titre indicatif. L'ordre des activités est susceptible de changer en fonction de la météo et des marées.





LE LOGEMENT FACE À L'OcéAN

Le Beach Camp Temple vous accueille dans un cadre exceptionnel pour cette retraite.

Un concept autour de 2 maisons qui associe une offre d'hébergement reliée avec la dune et l'océan des Landes avec son bassin thérapeutique « Océan Drop ».



*TOUS LES REPAS SONT
VÉGÉTARIENS, BIO,
HEALTHY ET
GOURMANDS.
LES VÉLOS SONT À
DISPOSITION.*



TARIF DE LA RETRAITE :
SANS LE LOGEMENT ET LES SOINS OPTIONNELS.
REPAS, VÉLO COMPRIS.

390 €



TARIFS HÉBERGEMENT:

A payer sur place au Beach Camp Temple



**7 PLACES AVEC LIT SIMPLE
WC ET SALLE D'EAU PARTAGÉS**

Tarif 40€ par nuit et par personne



**1 CHAMBRE DOUBLE
AVEC SALLE D'EAU ET WC PRIVÉS**

Tarif 100€ par nuit

9 Avenue des Dunes
40480 Vieux Boucau Les Bains



**PARKING DE LA PLAGE DES
SABLÈRES**



**GARE DE DAX OU
SAINT VINCENT DE TYROSSE**

Possibilité de venir vous chercher



AÉROPORT DE BIARRITZ

Possibilité de venir vous chercher

Transfert 20 € pour la gare et 30 € pour l'aéroport.
A partager si plusieurs personnes.



**VÉLO À DISPOSITION
POSSIBILITÉ D'AVOIR UN VÉLO
ÉLECTRIQUE**

AVEC SUPPLÉMENT

