

Yoga op Domaine La Vie Tara, in de groene Ardèche



**Yogastudio Westland organiseert een yogaweek,
van zaterdag 8 tot zaterdag 15 juni 2019**

‘Een unieke week voor jezelf’

Afgelopen jaar hebben we een fantastisch fijne yogaweek beleefd op La Vie Tara in Frankrijk. We gaan dan ook heel graag terug, om ook in 2019 hier een bijzondere yogaweek te organiseren.

Domaine La Vie Tara ligt aan de rand van het idyllische pelgrimisdorpje Lalouvesc. Dit gezellige bergdorpje ligt midden in de groene Ardeche, op een hoogte van 1080 meter. De lucht is hier uitermate zuiver.

Een yogaweek beleven op deze plek, waarin rust, ontspanning en verdieping centraal staan. Je mag ‘thuiskomen’ in een warme, liefdevolle, inspirerende en spirituele omgeving.

De accommodatie

La Vie Tara is een groot landhuis, een voormalig klooster, met een prachtige interne kapel. Aan de kapel grenst een ruime sfeervolle woonkamer met diverse zitjes, een serre en grote openhaard. Het huis bestaat uit meerdere verdiepingen.



Er zijn 16 sfeervolle, verschillende slaapkamers, een eetkamer en diverse gezellige ontmoetingsplekken. Er is een ruime vierkante zaal met houten vloer voor yogalessen. Ook is er nog een kleine, uitgebreide bibliotheek en een filmruimte.



Er zijn allerlei hoekjes en plekjes waar je kunt ontspannen. Er zijn volop mogelijkheden voor buitenlessen.

Het klooster/landhuis omvat een heel grote tuin en erachter loop je zo het bos in, met adembenemend mooie uitkijpunten over heel de Ardèche. Je kijkt over de Rhône-vallei en in de verte zie je de Alpen liggen. Als het helder is, kun je de Mont Blanc zien.

Een yogaweek op deze unieke, krachtige plek, met zulke zuivere lucht, is een week om tot rust te komen en te genieten van al wat het leven biedt. Je mag je laven aan de prachtige omgeving, waarin je naast het volgen van de dagelijkse yoga/meditaties en dans bijzonder fijn kunt wandelen, schilderen, fietsen en nog veel meer.

Het programma omvat:

- Yoga
- Meditatie
- Sacrale dans
- Uitstapje naar een gezellige markt in de omgeving
- Mooie wandelingen
- Meer bijzondere uitstapjes, zoals een rit met een fietstrein door de valleien
- Activiteiten zoals kampvuur en spontane activiteiten





De accommodatie

16 sfeervolle kamers
gezellige tuin met diverse zitjes
diverse workshopruimtes
prachtige authentieke kapel met vleugel
sfeervolle woonkamer met serre
uitgebreide bibliotheek



Samenvatting

- Een compleet verzorgd verblijf op basis van volpension: uitgebreid ontbijt, lunch, driegangendiner, inclusief alle koffie/thee, wijn, bier en sapjes.
De keuken van La Vie Tara kenmerkt zich door creativiteit, vakmanschap en liefde voor de natuur. Dagelijks bereiden ze maaltijden van verse en zuiver natuurlijke ingrediënten. Als je vegetariër bent, geen vlees en/of vis eet, mag je dit aangeven. Ook met diëten kan rekening worden gehouden.
- Verblijf in een één- of tweepersoonskamer, of met meerdere in een appartement, inclusief lakens en handdoeken.
- Dagelijkse yoga- en meditatiebijeenkomsten, dans, wandelingen.
Uitstapjes, zoals een ritje met een stoomtrein door de valleien en een ritje met een fietstrein door de bergen (extra kosten hiervoor bedragen circa 18,-).

Kosten

De kosten bedragen:

- * voor verblijf in luxe tweepersoonskamer met eigen douche en toilet op de kamer € 795,- per persoon. Er zijn zes van deze kamers beschikbaar.
- * voor verblijf in een tweepersoonskamer met eigen douche en toilet op de gang € 755,- per persoon. Er zijn drie van deze kamers beschikbaar.
- * voor verblijf in een tweepersoonskamer met douche en toilet op de gang € 725,- per persoon. Er zijn twee kamers beschikbaar.
- * voor verblijf in een eenpersoonskamer met douche en toilet op de gang € 795,- per persoon. Er zijn vijf kamers beschikbaar.
- * voor verblijf alleen in een tweepersoonskamer met eigen douche en toilet op de kamer € 895,- (beschikbaar als er tweepersoonskamers over blijven).
- * voor verblijf in een appartement, geschikt voor 2 tot 4 personen met douche en toilet, woonkamer en keukenblok € 825,-per persoon.



Zeven dagen lang: je verdiepen, ontspannen, tijd om te voelen, te ervaren, te bezinnen, te delen, jezelf te ontmoeten, jezelf te zijn. Je verbinden met dat wat er is.

Het team

Lucia de Jong. Zij geeft met veel liefde en bezieling meditatie, yoga en sacrale dans. Ze is eigenares van Yogastudio Westland (www.yogawestland.com) en verzorgt al veel jaren yogaweken in Frankrijk. Je kunt haar bereiken onder nummer 06 2685 2848 en via yogawestland@gmail.com.



Fred Tazelaar. Hij leidt een eigen schildersbedrijf en is daarnaast yogadocent bij Yogastudio Westland. Fred geeft graag wat meer uitdagende yogalessen met een knipoog naar Taekwondo, Astanga en Yin Yoga. 'Go with the flow', yoga met een twist. Je kunt hem bereiken onder nummer 06 2941 6275.



Gastheer Fred en gastvrouw Patricia Bol wonen al jaren op La Vie Tara, samen met hun zoon Julian. Ze worden in hun werk ondersteund door vrijwilligers. Fred is bovendien kok, die met passie kookt. Deze Nederlandse eigenaren leggen je echt in de watten. Met heerlijke maaltijden, mooie kamers en sfeervolle ontmoetingsruimtes. Fred en Patricia doen hun uiterste best het iedereen naar de zin te maken.



Inschrijven

Inschrijving gebeurt op basis van een volledig ingevuld boekingsformulier. Pas na aanbetaling van 100,- is je inschrijving definitief.

Al je deelneemt aan de week van 8 juni tot 15 juni 2019, moet het resterende bedrag betaald zijn **voor 1 april 2019**.

Vervoer

Met de trein (TGV/ Thalys)

In de maanden juli/augustus rijdt de Thalys direct vanuit Amsterdam naar Valence.

Boeking en/of meer informatie over tijden en prijzen: tel. 0900-9296

of www.ns.nl/internationaal of www.hispeed.nl.

Met de auto

Vanuit Randstad/West-Nederland: Breda>Antwerpen>Brussel>Namen>Luxemburg. Vanaf Luxemburg: Metz>Nancy>Dijon>Lyon.

Vliegtuig

Vanaf Schiphol o.a. met KLM en Easyjet vliegen naar Lyon. Hoe vroeger je boekt, hoe goedkoper de vlucht. Ook met andere luchtvaartmaatschappijen zijn er goedkope vluchten te boeken.

Adres

La Vie Tara

Route de St. Bonnet

07520 Lalouvesc

Ardeche – Frankrijk



+33(0)475 67 85 32



+31(0)6 81338434



lavietara@hotmail.nl