< Actualité précédente

Actualité suivante >

UN NOUVEAU WEEK-END B-ZEN YOGA & SPA EN BAIE D'HAMMAMET POUR FAIRE LE PLEIN D'ÉNERGIE AVANT L'HIVER (Tunisie)

Faire le plein d'énergie et rééquilibrer son organisme pour mieux aborder les frimas à venir ?

Catégorie : Afrique Océan Indien - Tunisie - Événements - Voyages d'Exception - Communication / Marketing
Plus de Voyages d'Exception : Spa & Bien-être
Ceci est un communiqué de presse sélectionné par notre comité éditorial et mis en ligne gratuitement le 10-10-2022
Enregistré par la société InterContinental Samui Baan Taling Ngam Resort

La Badira trône face à la Baie d'Hammamet
Crédit photo © La Badira

C'est ce que propose **La Badira**, le plus luxueux 5 étoiles d'Hammamet, qui reprend ses week-ends **B-Zen Yoga & Spa** à succès au bord de la Méditerranée du 28 au 30 octobre prochain.

Au programme de ce séjour de **deux nuits visant à la relaxation et à la régénération** : 5 séances de yoga destinées à se détendre en profondeur et à booster son métabolisme.

Après un premier après-midi de préparation physique et mentale, la journée du samedi est tout entière consacrée à la pratique des postures classiques - avec renforcement musculaire et étirements – ainsi qu'à l'ouverture des hanches et à la stabilité du bassin.

Le dimanche, une initiation à l'enchainement **Vinyasa « flow »** en synchronisation avec la respiration précédera une séance d'apprentissage du Yoga Nidra, une technique efficace qui amène rapidement à un état de relaxation intense, libéré des tensions psychiques.

Le week-end sera émaillé de longues pauses de sérénité au sein du **Spa by Clarins de l'hôtel**.

Les participants bénéficient d'un accès libre à ce centre de bien-être – le seul de la prestigieuse marque française en Tunisie - au décor oriental digne des mille et une nuits, doté d'une piscine couverte, d'un somptueux hammam et d'un lumineux espace de fitness. Ils bénéficient en outre d'une réduction de 10% sur les soins supplémentaires qu'ils souhaiteraient y réserver.

Des sessions de méditation viendront également ponctuer cette **parenthèse de cocooning** dédiées au lâcher-prise et à l'écoute de soi, au bord de la Baie d'Hammamet.

Sur les splendides terrasses extérieures de l'hôtel, on s'imprégnera chaque matin de l'énergie du soleil levant lors de sessions de salutations à l'astre du jour.

Le forfait comprend les deux petits déjeuners, un déjeuner et deux dîners équilibrés, concoctés par le chef tunisien Chams Jebari. Les menus privilégient poissons frais et produits bios à forte teneur en fibres, et exploitent les vertus purgatives et tonifiantes du gingembre, de la citronnelle ou du cumin.

Forfaits à 570 dinars tunisiens (environ 178 euros) par personne en chambre double, incluant : séjour de deux nuits ; les repas (dîner du vendredi, pension complète le samedi, et petit déjeuner du dimanche) ; cinq séances de yoga ; et l'accès au Spa by Clarins et à sa piscine couverte, ainsi qu'une réduction de 10% sur tout autre soin.

Forfaits « light » (une nuit, un repas, trois séances de yoga et accès au Spa by Clarins) disponible parallèlement à 370 dinars tunisiens (115 euros environ) par personne en chambre double.

Nuit supplémentaire à partir de 90 euros par nuit et par chambre, petit déjeuner inclus.

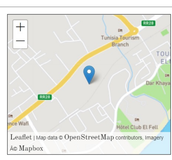
Offres soumises à conditions. Réservations obligatoires.
Informations et réservations : booking@labadira.com - Tél. : +216 70 018 180 - www.labadira.com

Offre d'exception valable jusqu'au 30-10-2022

Refaire le plein d'énergie au soleil tunisien
Crédit photo © La Badira

Le hammam des mille et une nuits du Spa by Clarins de la Badira
Crédit photo © La Badira

En savoir plus sur...
La Badira
BP 437
8050 Hammamet
Tunisie
Groupe : The Leading Hotels of the World
Nombre de chambres et suites : 130
Site internet

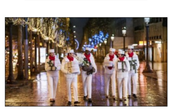


Les dernières actualités

- LA BADIRA : DÉCOUVRIR LES VILLAGES ANDALOUS ET BERBÈRES MÉCONNUS DE LA RÉGION D'HAMMAMET
- WEEK-END B-ZEN YOGA & SPA DE LA BADIRA : BOOSTER SON ORGANISME À HAMMAMET AVANT LE RETOUR DES FRIMAS
- LA BADIRA : DES VACANCES D'ÉTÉ 2021 EN MODES LUXE ET SÉRÉNITÉ À HAMMAMET !
- LA BADIRA : DES VACANCES EN TOUTE SÉCURITÉ ET LIBERTÉ À HAMMAMET

Vous aimerez aussi lire...

QUATRE HÔTELS ROCCO FORTE POUR CÉLÉBRER LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE À L'ITALIENNE



VIVEZ LA FÉERIE D'UN NOËL PARISIEN AU SEIN DU PALACE THE PENINSULA PARIS

LA MAGIE DES FÊTES PROVENÇALES À L'INTERCONTINENTAL MARSEILLE

Découvrez d'autres voyages d'exception...

Événement à venir | Expérience rare | Gastronomie
Sport | Ile de rêve Croisière | Destination Montagne
Retour à la nature | Escapade romantique | Spa & Bien-être
Grandes villes | Culture | Réservé aux enfants
Vol + Hôtel

Recherche dans l'actualité Lancer la recherche

Inscrivez-vous gratuitement à notre newsletter pour ne rien rater de l'actualité !

< Actualité précédente

Actualité suivante >