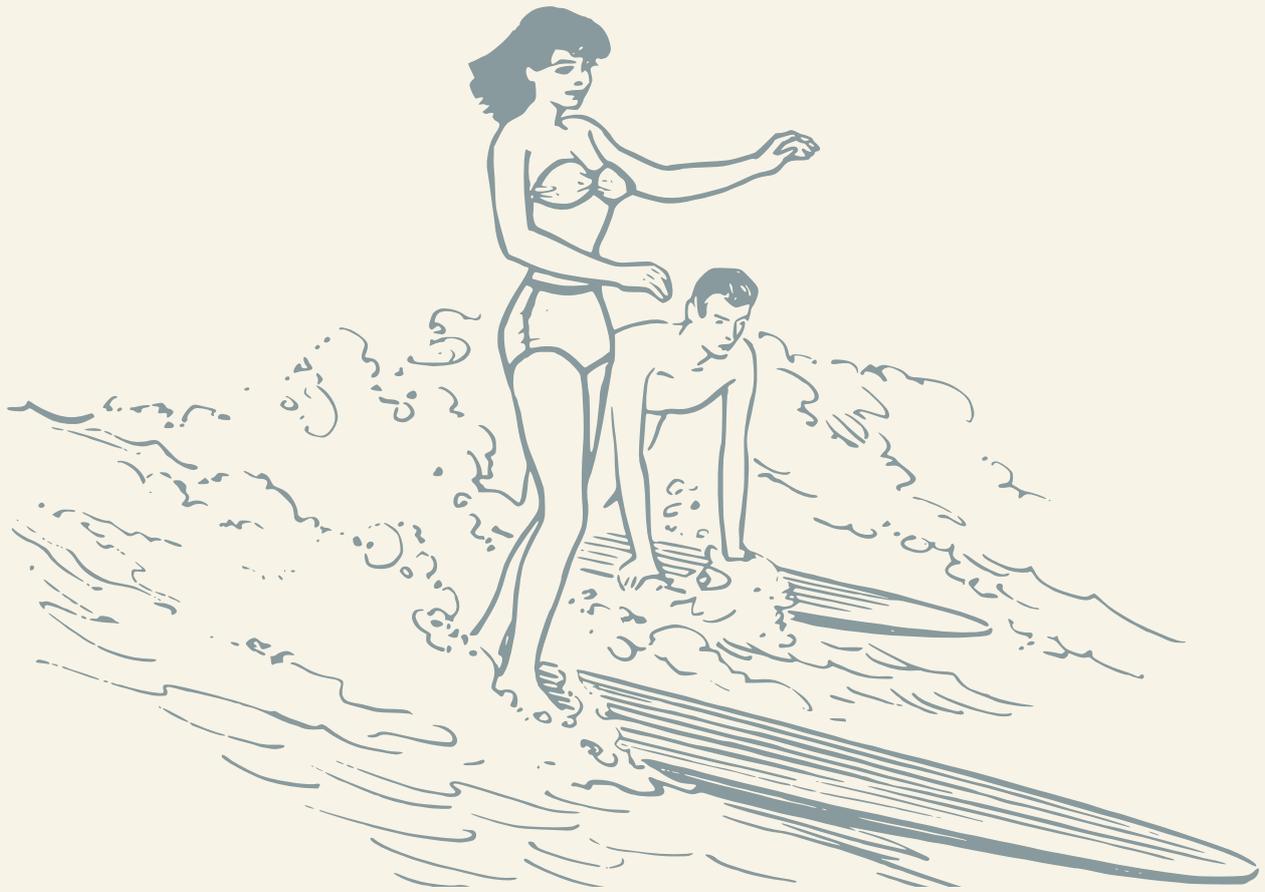


# SURF & YOGA



## QUALIDIA

DU 24 AU 31 MAI 2025, MAROC



## SALTY SOUL

Chaque année, Marion t'embarque dans son univers : l'océan, le surf, le yoga, le voyage... Un séjour en mode détente pour faire un vrai pause du côté de Oualidia, un spot de surf Marocain magnifique et hyper safe, parfait pour s'amuser dans les vagues et progresser.

Besoin de changer d'air ? envie de surfer les vagues et la vie ?

Notre semaine de Surf et de Yoga au Maroc vous offre une parenthèse lifestyle au bord de l'océan pour flâner, surfer, faire du yoga et partager des moments hors du commun.

*"Pour moi, le surf est le lien le plus étroit que je puisse avoir avec mère Nature. Et c'est fort. C'est réel. C'est là. Et tu danse avec ça" - Xavier Rudd*

# AU PROGRAMME

## YOGA

---

Chaque jour des pratiques adaptées au surf et des ateliers spécifiques incluant Yoga postural, vinyasa, techniques de respirations et de méditations

## SURF

---

5 cours de surf encadrés, débutant.e.s bienvenu.e.s pour vous permettre de goûter aux joies de la glisse dans cette magnifique lagune que l'on surnomme la piscine à vagues.

## CHILL

---

Le rythme de la lagune, que nous iront découvrir au fil de l'eau, nous invite à ralentir et profiter de chaque moment. Paddle, balade en barque, temps libre pour flâner au soleil et se reposer.



## LE LIEU



Pour ce séjour nous logeons dans une jolie résidence composée d'appartement avec vue incroyable sur l'océan, à 5 minutes à pied du spot de surf. Chaque appartement est composé de 2 chambres avec 2 lits simples chacune, accueillant donc 4 personnes, une salle bain et une cuisine ouverte sur un grand salon.

## LES INTERVENANTS



Chaque jour la session de Surf est programmée en fonction des marées, nous sommes accompagnés par les professeurs de Surf de l'école locale. Ils viennent dans l'eau avec nous, ici personne ne vous crie dessus depuis la plage ! Ambiance hyper douce et fun assurée.



Marion s'occupera du Yoga, des ateliers, et de l'organisation des journées, elle sera à l'eau pour surfer avec vous et pourra vous faire découvrir ses coins préférés de Oualidia.

Les délicieuses spécialités culinaires Marocaines pour vos repas sont préparés par la famille d'Hicham, propriétaire de notre hébergement.

# TARIFS

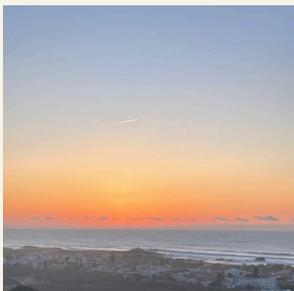
780€ / PERSONNE

## INCLUS

- 7 nuits en demi-pension (petit déjeuner, gouter, diner)
- 5 cours de surf encadrés par l'école Surfland
- Tous les cours de Yoga et ateliers spécifiques
- Une balade en paddle et/ou en barque dans la lagune
- Transferts aéroport (Marrakech)

## NON INCLUS

- Vols aller-retour
- Repas du midi
- Extras sur places



## LES DÉTAILS



Il faut prévoir une arrivée a Marrakech le 24 mai et un retour depuis Marrakech le 31 Mai, voici quelques exemples :

- **Marseille 6h30 - Marrakech 8h35 <-> Marrakech 9h20 - Marseille 13h10**
- **Montpellier 9h00 - Marrakech 10h55 <-> Marrakech 11h35 - Montpellier 15h25**

Il y a des vols un peu partout en France pour Marrakech selon votre point de départ avec Transavia, Royal air Maroc, Ryanair, Air France, etc.

Il est possible d'arriver et de repartir à des dates différentes, les nuits supplémentaires a Marrakech seront à votre charge, un point de rendez-vous sera donné à l'aéroport pour prendre la navette et rejoindre Oualidia



Le transfert en taxi entre Marrakech et Oualidia est inclus, une fois sur place nous pouvons tout faire à pied.



Nous avons choisis de vous laisser libre sur les repas du midi, nous vous donnerons nos meilleures adresses pour déjeuner dehors ou faire vos courses et cuisiner dans votre logement.

**PS : pour les repas inclus merci de nous préciser tout régime particulier lors de l'inscription.**

## INFOS PRATIQUE



IL fera entre 17 et 25 degrés, ressenti parfois bien plus au soleil, l'eau est en moyenne à 20 degrés.



### QUE PRENDRE DANS SA VALISE ?

- Des vêtements légers et confortables
- Un maillot de bain et une serviette de plage / poncho
- Des chaussures confortables pour marcher
- Une paire de sandales
- Chapeau / casquette et des lunettes de soleil
- De la crème solaire
- Un sweat ou une petite veste pour le soir
- Tenues de sport / Yoga
- Un bon livre
- Un carnet et un stylo
- Tout ce dont vous avez besoin pour vous sentir bien
- Tapis de Yoga et combinaison pour le surf sont fournis, mais vous pouvez prendre les vôtres.

# INSCRIPTIONS

JUSQU'AU 30/04/2025

Pour vous inscrire il suffit de nous contacter par mail.  
Nous prendrons rapidement contact avec vous pour les détails  
et le paiement : [contact@theyoginme-castelnau.com](mailto:contact@theyoginme-castelnau.com)

Afin de valider votre place vous pouvez payer le montant  
total à l'inscription ou un acompte de 50% et l'autre  
moitié au maximum le 30/04/2025.

Aucun remboursement ne sera fait sur le montant de  
l'acompte si vous annulez votre participation. En cas  
d'annulation de notre part vous serez totalement remboursé.





## Venez comme vous êtes !

Vous n'avez jamais fais de surf ?  
Alors c'est justement le moment de franchir le cap dans une ambiance décontractée !

Pas de niveau requis non plus pour le Yoga, ces séjours rassemblent toujours des personnes d'horizons différents et c'est en cela qu'ils sont aussi riches.

J'ai hâte de vous faire découvrir ce séjour que j'anime depuis 2019 et que j'adore, et pour celles et ceux qui reviennent, j'ai hâte de vous retrouver !

Si vous avez la moindre question contactez moi par mail, texto ou téléphone.

---

Marion Ournac  
contact@theyogiiinme-castelnau.com  
07 56 85 02 15