



SELF-DÉFENSE - BOXE - BALADE - DÉTENTE

AVEC MARIE-ALICE & BÉRÉNICE

ACCESSIBLE À TOUTES DÈS 16 ANS

UN WEEKEND POUR SOI ★ 6 ET 7 JUIN 2026

PÔLE REGAIN à STE-TULLE (04)

en pension complète
pour que tu ne penses à rien !

à partir de *
173 €

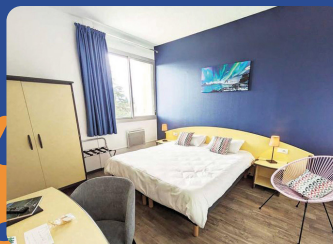
*Tarif early bird duo jusqu'au 6 mai



UN WEEKEND POUR SOI ★ 6 ET 7 JUIN 2026

Self-défense - Boxe Française - Balade - Piscine - Sophrologie

Une parenthèse pour prendre soin de toi ! Bérénice et Marie-Alice te proposent un weekend entre femmes, avec tous les ingrédients pour se sentir bien ! Prendre conscience de ses capacités et forces, se connecter à son corps et à la nature, se détendre, libérer le mental et s'amuser en toute sororité.



RDV Le samedi 6 juin à 9h
covoiturage possible, parking sur place



Pôle Regain
Route nationale 96, 04220 Sainte-Tulle



Tarifs :
173 € stage + pension complète en chambre duo
199 € stage + pension complète en chambre solo
(Possible paiement en 3x)

Tarif early jusqu'au 6 mai !
- 40€ sur toute inscription en binôme



à partir de 16 ans
Stage accessible à tout niveau
toute condition physique



Inscription obligatoire sur
helloasso Femmes en défense



N'hésitez-pas à nous contacter pour toute question