



Retraite de Pilates & Massage en Valais du 11 au 13 septembre 2026

Entre pratiques ressourçantes et fête de village



Mylène et Adeline se réunissent pour la deuxième fois et vous propose un weekend actif, festif et relaxant en même temps à l'Hôtel-Pension Beau-Site de Chemin, aux portes du Val de Bagne.

4 belles pratiques de Pilates et l'option d'un massage pour chaque participant.

Un cadre apaisant pour tonifier et détendre son corps.

Un lieu lumineux pour terminer l'été en beauté.

Informations & Tarifs

La retraite se déroulera à Chemin, près de Martigny à l'Hôtel-Pension historique de Beau Site. Le village accueillera sa fête annuelle durant ce même weekend. Certaines animations et moments de convivialité font partie de la vie locale.

Niché au coeur des arbres, il est l'endroit idéal pour se ressourcer et se balader. Plus de renseignement sur : www.chemin.ch

Chambres

Afin de préserver l'authenticité de cet hébergement, les chambres sont toutes équipées de salle de bain à l'étage. Elles sont dotées d'un charme traditionnel, lumineuses et réparties en chambres multiples, doubles et individuelles.

Repas

La formule 2 repas (brunch & repas du soir) est composée d'une cuisine 100% végétalienne et biologique s'alliant parfaitement avec nos pratiques de mouvement et de détente.

Massages

Adeline Hobi, thérapeute certifiée ASCA en acupressure est à l'écoute et adapte son soin selon vos besoins. Plus d'infos sur : massage-libellule.ch

Les tarifs ci-dessous sont par personne et incluent **la chambre, les taxes de séjour, 2 repas par jour et les pratiques de Pilates** donné par Mylène.

Le massage est optionnel et en supplément (CHF 100.- ou CHF 130.- avec assurance complémentaire pour le remboursement).

Tarif en chambre multiple (3-4 lits)

CHF 500.-

Tarif en chambre double

CHF 550.-

Tarif en chambre individuelle (selon dispo)

CHF 635.-

Accès en voiture ou transport public: Bus 215 au départ de la gare de Martigny.

Inscription jusqu'au vendredi 10 juillet 2026 auprès de Mylène:

mylene.devincenzo@gmail.com +41 79 774 31 77

