

Semaine remise en forme et plaisirs culinaires spécial parents solo

À Kaï Papaï, vous allez enfin pouvoir retrouver la forme, réveillez vos papilles gustatives en découvrant les plaisirs de la cuisine végétarienne locale et profiter d'une semaine de repos tout en restant près de vos enfants et en ayant la possibilité de partager leurs jeux dans un cadre idyllique, le tout au milieu d'une végétation luxuriante et à proximité de plages pittoresques.

ACTIVITÉS

- Gym matinale: le meilleur moment pour se retrouver au cours d'une séance de musculation et d'assouplissement
- Yoga: prenez conscience de la "sagesse du souffle" pour vous recentrer et apprivoiser la sérénité en acquérant force et souplesse
- Méditation: laissez-vous guider au plus profond de vous-même pour y puiser de nouvelles forces
- Petit-déjeuner santé: un régal pour les amateurs de fruits frais
- Cours de cuisine végétarienne: apprenez à cuisiner migan, pâtes fraîches, pains aux herbes, chips de potiron, pakoras, crème de "callaloo" aux pois d'angole, aubergines farcies, palak paneer, tajines, flan aux courgettes, soupe à l'oignon, blanc manger coco, gâteau de potiron, mousse au chocolat et bien d'autres mets délicieux en utilisant les produits de notre jardin
- Randonnées dans la forêt tropicale
- Cours de quadrille: danse folklorique locale, le quadrille était très à la mode aux 18e et 19e siècles en Europe et dans les colonies européennes. À Sainte-Lucie, le quadrille se danse lors de réunions familiales ou entre amis à l'occasion d'anniversaires ou de fêtes culturelles. Assimilée jusqu'à récemment à une coutume en voie de disparition, c'est aujourd'hui un symbole du renouveau de la culture locale. Le quadrille peut être dansé par quatre couples formant un carré, ou par plusieurs couples se faisant face sur deux files.
- Plage et farniente: natation ou bronzage sur les plages des environs
- Arts plastiques: oubliez le regard des autres en stimulant votre créativité
- Jardinage: apprendre à reconnaître les graines, les plantes, les fruits et légumes de l'île
- Excursion et bain chaud à la Soufrière
- Soirée contes et récits

VOTRE HÉBERGEMENT

- Les Dauphins: 2 grands lits doubles et un lit simple
- Les Tourtereaux: 1 lit double et 1 lit simple
- Les Anolis: 2 lits doubles

Les chambres seront partagées en fonction des inscriptions en tenant compte au mieux des desideratas de chacun.

Tarif: 550€/adulte pour un séjour d'une semaine tout compris, 45% de réduction pour les enfants