



# RETRAITE PILATES EN

# Grèce

**GRÈCE  
DU 8 AU 19 MAI  
2027**



# Grèce



## Retraite Pilates en Grèce du 8 au 19 mai 2027 12 JOURS



*Retraite de Pilates sol et reformer avec Nancy Canse et Marie Eve Quilicot.*

### OBJECTIFS DU SÉJOUR

- Renforcement en profondeur
- Réduction du stress et retour au calme
- Gagner en souplesse et en mobilité
- Amélioration de la posture, de la mobilité et de la souplesse
- Ressourcement complet
- Découvertes culturelles
- Pilates au sol et sur reformer

**LIEUX POSSIBLES DE SÉJOUR :** Athènes.

Amorgos, Santorini

**HÉBERGEMENT :** 2 nuits à Athènes en hôtel 3\* , 6 nuits à Amorgos hôtel 5\* , 2 nuits à Santorini en hôtel 3\* et plus

### DATES ET COÛTS-DU SÉJOUR

Occupation double .....	6298 \$
Occupation simple ( 4 disponibles) .....	7298 \$
Rabais virement interac .....	130 \$

*Coûts/personne incluant tps/tvq et FICAV*

### SÉJOUR DE 12 JOURS - DU 8 AU 19 MAI 2027

Les prix, en dollars canadiens, sont basés sur un minimum de 25 participants payants. Si le nombre de personnes est inférieur au minimum requis, le prix sera revu à la hausse.



# SÉJOUR DE 12 JOURS



**Jour 1-8 mai:** Départ de Montréal sur un vol direct de Air Transat en classe économique( heure et numéro de vol à venir en cours de processus).

**Jour 2- 9 mai :** Arrivée à l'aéroport de Athènes. transfert vers l'hôtel pour déposer les valises. Dîner Libre \$. PM: Visite guidée des incontournables de Athènes Acropolis, Panthéon, Temple de Athéna. Arrêt au stade panathénaique, où se sont déroulés les premiers Jeux olympiques modernes en 1896. Tour de ville en autobus. Souper Libre \$ . Nuit à Athènes dans un hôtel 4\* Oasis Apartments ou similaire

**Jour 3-10 mai :** Transfert en autobus vers le port. Traversier haute vitesse vers Amorgos 07h40, arrivée 14h50. Dîner libre sur le bateau \$. Transfert vers Aegialis hôtel. Installation dans les chambres et découverte des lieux. Pratique de yoga-pilates. souper et nuit à Aegialis hôtel 5\* **PD-S**

**Jour 4-5-6-7-8 (11 au 15 mai ) :** Petit-déjeuner à l'hôtel. 2 pratiques de yoga-pilates une le matin et une en fin d'après-midi. Une des pratiques sera sur reformer. Dîner libre \$. Souper et nuit à Aegialis hôtel 5\* Temps libre pour profiter des activités de l'hôtel et des environs ( voir liste dans les exclusions) **PD-S**

**Jour 9-16 mai :** Petit déjeuner. Transfert vers le port. Transfert en bateau vers Santorini. Dîner libre dans le bateau \$. Arrivée à Santorini vers 14h30. Rencontre de notre guide à Santorini. Petite visite d'orientation. Installation à l'hôtel. Pratique de fin d'après-midi. Souper libre \$. Nuit dans un hôtel 3 \*Caldera Romantica ou similaire . **PD**

**Jour 10-17 mai :** Pratique matinale. Petit-déjeuner. Visite guidée de l'île avec un guide pour découvrir tous les incontournables (Village traditionnel de Pyrgos, Monastère de Profotos Elias, Fira, visite à pieds de la magnifique Caldeira. Village de Oia, panorama impressionnant et plus encore. Dîner Libre \$. Pratique de fin de journée. Souper Libre \$. Nuit dans un hôtel 3 \*Caldera Romantica ou similaire. **PD**

**Jour 11-18 mai :** Pratique matinale. Petit-déjeuner. Transfert vers le port. Bateau vers Athènes. Dîner libre \$ sur le bateau. Arrivée à Athènes vers 17h50. Transfert vers l'hôtel. Souper libre \$. Nuit à Athènes Oasis Apartments 4\* ou similaire. **PD**

**Jour 12-19 mai : Petit-déjeuner. Transfert vers l'aéroport et retour vers Montréal**

LÉGENDE : PD : PETIT DÉJEUNER; D : DÎNER; S : SOUPER



## LES COÛTS COMPRENNENT

- Rencontre d'information sur le pays d'accueil, la logistique, la santé et sécurité à l'étranger;
- Billet d'avion aller-retour au départ de Montréal vers Athènes avec Air Transat en classe économique (émis par une agence de voyages et incluant la contribution pour fonds d'indemnisation des clients des agences de voyages (FICAV 0\$ par tranche de 1000 \$).
- Hébergement en occupation double pour 2 nuits à Athènes en hôtel 3 \* ou mieux, 6 nuits à Amorgos en hôtel 5 \* et 2 nuits à Santorini en hôtel 3\* ou mieux.
- Alimentation incluse hors boisson (**10 petits-déjeuners, 6 soupers**). Tous les autres repas et les boissons sont des repas à la charge des voyageurs;
- Tous les transports à destination, les taxes d'aéroport, les frais de bagages (1 valise par personne);
- Les visites culturelles et touristiques décrites au programme;
- Guide touristique lors des visites lorsque mentionné dans le programme;
- Un accompagnateur ARO avec le groupe 24h sur 24h pendant tout le séjour;
- Les frais administratifs (Organisation logistique, suivi administratif, gestion des documents pré-départ, inscription du groupe à l'ambassade du Canada et cartable remis au responsable contenant tous les documents relatifs aux participants);
- 30 minutes de massage relaxant à l'hôtel Aegialis;
- 10 % de réduction sur les traitements visage et corps au spa Lalon Idor à Amorgos;
- Utilisation des installations du spa Lalon Idor (sauna, hammam, piscine, centre de mise en forme);
- 2 sessions de pilates par jour données par Nancy Canse et Marie Eve Quilicot (sujet à changement);

## LES COÛTS NE COMPRENNENT PAS

- Passeport : 120 \$ (valide 5 ans) / 160\$ (valide 10 ans);
- Assurance voyage (obligatoire);
- Vaccins : CLSC ou clinique du voyageur;
- Médicaments personnels;
- Transport aller-retour pour se rendre à l'aéroport de Montréal;
- Repas pendant les vols et dans les aéroports;
- Sélection de siège ou demande spéciale pour les sièges dans l'avion;
- Argent de poche ;
- Selon la destination, des activités optionnelles payantes peuvent être ajoutées au programme de séjour au choix des voyageurs;
- Repas non inclus (14 repas non inclus);
- Boisson lors des repas;
- Eau en bouteille;
- Pourboires pour les guides locaux et les chauffeurs (prévoir environ 20 \$ / personne);
- Toutes les prestations non mentionnées dans le programme;
- Manutention des valises;
- Nous ne garantissons pas d'ascenseur dans tous les hôtels ;
- Matériel pour les pratiques de Pilates.
- Taxes de séjour pour la résilience climatique, payable directement à l'hôtel par chambre et par nuit : 15 € pour les hôtels 5 étoiles, 10 € pour les hôtels 4 étoiles et 5 € pour les hôtels 3 étoiles.

**\*\*À noter que des changements de prix peuvent être appliqués en fonction du choix des activités, de la fluctuation du taux de change et des surcharges de carburants imposées par la compagnie aérienne.**  
Numéro de permis au Québec 702825

# INSCRIPTION DES PARTICIPANTS ET MODALITÉS DE PAIEMENT



## I. INSCRIPTION ET SUIVI ADMINISTRATIF

- Lire, remplir et signer le portail d'inscription;
- Votre place est réservée dès que l'inscription en ligne est effectuée et que le premier versement est fait.

**TRÈS IMPORTANT : Si vous n'avez pas toutes les photocopies de passeports valides au moment de l'inscription, les demandes doivent être faites rapidement et TOUTES les copies doivent nous parvenir au plus tard 3 mois avant le départ.**

Vous serez accompagnés tout au long de la démarche par notre adjointe administrative. Si vous avez des questions quant à la procédure, n'hésitez pas à nous en informer.

## II. MODALITÉS GÉNÉRALES DE PAIEMENT

Le paiement du voyage se fera en quatre versements faits à l'ordre d'ARO VOYAGES.

- 1er versement: dépôt de 1000 \$ afin de réserver votre place au programme;
- 2e versement: 2000 \$ à recevoir au plus tard le 15 juillet 2026 ou lors de l'inscription;
- 3e versement: 2000 \$ à recevoir au plus tard le 15 octobre 2026 ou lors de l'inscription;
- Paiement final: solde du séjour + paiement des activités optionnelles s'il y a lieu à recevoir au plus tard le 15 février 2027 ou lors de l'inscription.

## III. PARTAGE DE CHAMBRE / PROLONGEMENT DU SÉJOUR

Vous désirez partager votre chambre? ARO VOYAGES vous facilite la possibilité de partager votre chambre avec une personne du même sexe. Il suffit de le mentionner lors de votre fiche d'inscription. À la suite de votre demande, nous vous mettrons en contact avec une autre personne désirant faire le même choix. Tout partage doit être approuvé par les deux parties qui en font la demande. N'hésitez pas à poser toutes les questions importantes au succès d'un bon partage comme les habitudes de vie, de sommeil, les attentes, etc. ARO Voyages n'en assume aucune responsabilité et ne garantit pas la disponibilité. Dans l'éventualité que le partage ne fonctionne pas, le supplément simple vous sera facturé.

- Possibilité de prolonger le séjour sur demande
- **Votre passeport doit être valide plus de 3 mois après la date de retour.**

## III. AVIS

Étant donné la nature même de ce programme, ARO VOYAGES ne pourra être tenu responsable des inconforts et contrariétés subis avant, pendant et après le séjour, conditions de vie, changements au programme, changements de date, changements d'horaire, retards, annulations, etc. Dans tous les cas, la direction du programme fera son possible pour aider les hôtes et les collaborateurs à corriger la situation. De plus, nous vous conseillons de consulter les avis et avertissements étant répertoriés sur le site [voyages.gc.ca](http://voyages.gc.ca) sous la rubrique du pays dont le présent document fait mention et prendre connaissance de tous les risques pouvant compromettre la santé et sécurité des participants dans le cadre d'un tel voyage.

## IV. CONDITIONS

- Le prix est basé sur un nombre minimal de 25 participants. Se référer à l'onglet des coûts pour les détails.
- Pour connaître l'intégrité des conditions générales, vous devez vous référer au portail d'inscription. ARO

## PÉNALITÉS APPLIQUÉES EN CAS D'ANNULATION\*

En cas d'annulation, quelle que soit la raison, les pénalités suivantes s'appliquent et couvrent en partie ou en totalité les frais administratifs, les services déjà rendus, les frais et pénalités exigés par les transporteurs et partenaires découlant du présent document:


- À partir de l'inscription jusqu'à 6 mois du départ : 500 \$ non remboursable
- De 179 jours à 91 jours du départ : 2000 \$
- De 90 jours à 61 jours avant la date de départ ou lors de l'achat des billets d'avion : 75 % du coût total
- 60 jours et moins avant la date de départ : 100 % du coût total

*\*Si les participants sont assurés pour l'annulation voyage, selon les causes de l'annulation et la police d'assurances, ces frais pourraient être remboursés par l'assurance voyage. À noter que le montant versé pour les assurances voyages est toujours non remboursables.*

*\* En cas d'annulation la partie du coût du programme applicable au transport international sera soumise aux politiques d'annulation du transporteur sélectionné et ARO Voyages se dégage de toute responsabilité quant à la méthode de remboursement ou de non-remboursement de ce dit transporteur. Selon les conditions*





 Consultez notre offre complète sur **arovoyages.com**



 Partagez vos photos sur Instagram **@aro\_voyages**



 Joignez-nous sur Facebook **AROVoyages**



**ARO VOYAGES**

468, rue Notre-Dame,  
Repentigny, QC,  
J6A 2T5

514 728.7222 Poste 100  
info@arovoyages.com