

MARCHE
ÉNERGIE
YOGA
DOUCE
RELAXATION
PILATES



votre séjour vitalité face à la mer

ENERGIE DOUCE



Fermez les yeux.

Imaginez la mer au loin, l'air iodé, le sable sous vos pieds.
À Sweet Home Cabourg, **Énergie Douce** est une parenthèse
pour retrouver son équilibre, sa vitalité, sa sérénité.

Un séjour bien-être, dans une ambiance simple, humaine et
lumineuse.

Respirez, souriez, laissez venir la douceur.

L'EXPÉRIENCE

Énergie Douce



Yoga, relaxation & respiration



Marche quotidienne et cardio doux



Cuisine de saison



Ambiance simple et conviviale



Accompagnement attentif

LES ARTISANS DE VOTRE BIEN-ÊTRE



Suzie
Professeure de
Yoga

"Certifiée en Reiki, j'aime
partager des pratiques qui
invitent à la détente, à la
conscience du corps et à la
reconnexion à soi"



Edina
Professeure de
Pilates

"Mon enseignement s'inscrit
dans un Pilates accessible,
sensoriel et évolutif,
adapté à chaque corps et à
chaque histoire."



William
Guide
professionnel

"Je me plais à faire
découvrir à mes clients, dans
la bonne humeur et avec
énergie, les merveilles
naturelles et architecturales
de notre région."

Mercredi

Arrivée et installation

Dîner gourmand

Moment convivial et de
rencontre + relaxation

Jeudi

Pilates

Marche dans les
marais de Robehomme

Stretching yoga
Relaxation

Vendredi

Hatha yoga

Marche dans la forêt
de Bavent

Peinture face à la mer
Relaxation

Samedi

Yoga doux

Marche maritime
du Gros Banc

Pilates
Relaxation

Dimanche

Yoga vinyasa flow

Brunch
Départ

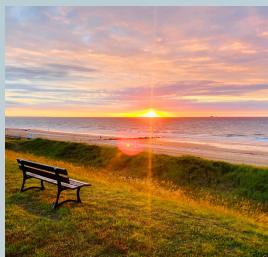
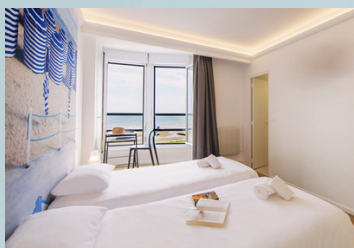
ENERGIE DOUCE



NOTRE DOMAINE

VUE MER

Situé sur la côte fleurie, en Normandie, Sweet Home Cabourg vous ouvre les portes de son site unique de 8 hectares face à la mer. Ancienne villégiature de la famille Renault, découvrez un club de vacances familial et convivial.



TARIFS

séjour 4 nuits

Mercredi 8 au dimanche 12 avril 2026

Chambre partagée	550€
Chambre individuelle	670€
Chambre individuelle vue mer	750€

Séjour limité à 10 places

Weekend

Vendredi 10 au dimanche 12 avril 2026

Chambre partagée	350€
Chambre individuelle	400€
Chambre individuelle vue mer	440€

Séjour limité à 10 places

Assurance annulation en supplément.

Taxes de séjour 0.88€ par adulte.

Adhésion 23€ par an (adhésion à l'association) ou si séjour - de 4 jours 1.8€ par jour.

ENERGIE DOUCE



INCLUS DANS VOTRE SÉJOUR



ACTIVITÉS INCLUSES : les activités et ateliers mentionnés dans le programme.



REPAS INCLUS : des repas sains et gourmands (menu unique).



HÉBERGEMENT INCLUS : chambres avec vue parc ou vue mer, selon formule



ÉQUIPEMENT INCLUS : nous vous fournissons le matériel de yoga - pilates.



TRANSPORT NON INCLUS : les trajets pour venir et rejoindre les points de départ des balades sont à votre charge. Sur place, notre guide pourra véhiculer 2 à 3 personnes.

COMMENT S'Y RENDRE ?



📍 À 20 MIN DU CENTRE-VILLE 🚗 À 25 MIN DE LA GARE DE CAEN
🚗 À 1H DE ROUEN 🚗 À 2H DE PARIS SAINT LAZARE

ÉCHAPPÉE MER MER

PAYS D'AUGE

CÔTE FLEURIE



Votre escapade nature sur la côte fleurie

ÉCHAPPÉE MER



Chaussures serrées, imaginez vos pas sur le sable, les sentiers qui s'élèvent le long de la côte, le parfum iodé dans l'air.

À Sweet Home Cabourg, Echappée Mer vous emmène sur des sentiers variés : plages sauvages, falaises, marais, chemins bocagers et panoramas augérons.

Des itinéraires vrais, dépaynants, où la nature se vit pleinement.

Levez les yeux, prenez l'élan — la nature fait le reste.

L'EXPÉRIENCE

Échappée Mer



Des randonnées pensées rien que pour vous



Une cuisine de saison et locale



Une ambiance simple et conviviale



Un guide accompagnant pour toutes vos excursions

VOTRE GUIDE

WILLIAM



Guide
professionnel

“Je me plais à faire découvrir à mes clients, dans la bonne humeur et avec énergie, les merveilles naturelles et architecturales de notre région.”

Samedi

Arrivée et installation

Dîner gourmand

Dimanche

Visite de Cabourg
6km

Marche à Merville
9km - 25m D+

Lundi

Marche autour de Beuvron
en Auge
5km - 100m D+

Mardi

Marche à Hennequeville
7km - 140m D+

À la découverte de la
batterie et des villas de
Blonville-sur-mer
6km - 120m D+

Mercredi

Marche au marais de Bavent
8km - 30m D+

Randonnée à Ranville
10km

Jeudi

À la découverte des
falaises paléontologiques
des vaches noires
14km - 125m D+

Vendredi

Découverte du bocage Augeron
8km - 120m D+

Samedi

Départ

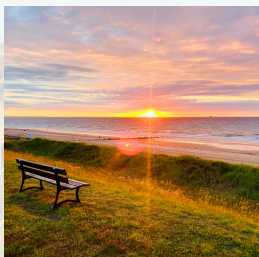
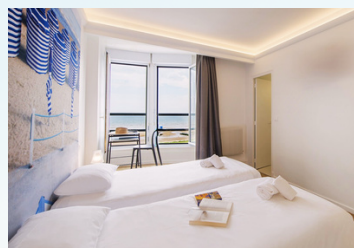
ÉCHAPPÉE MER



NOTRE DOMAINE

VUE MER

Situé sur la côte fleurie, en Normandie, Sweet Home Cabourg vous ouvre les portes de son site unique de 8 hectares face à la mer. Ancienne villégiature de la famille Renault, découvrez un club de vacances familial et convivial.



TARIFS

SÉJOUR 8 JOURS - 7 NUITS

Du samedi 6 au samedi 13 juin

Gîte - Chambre partagée **825€**
Gîte - Chambre individuelle **1 035€**

Séjour limité à 15 places

SÉJOUR 5 JOURS - 4 NUITS

Du samedi 6 au mercredi 10 juin

Gîte - Chambre partagée **560€**
Gîte - Chambre individuelle **680€**

Séjour limité à 15 places

Assurance annulation en supplément.

Taxes de séjour 0.88€ par adulte.

Adhésion 23€ par an (adhésion à l'association) ou si séjour - de 4 jours 1.8€ par jour.

ÉCHAPPÉE MER

INCLUS DANS VOTRE SÉJOUR



RANDONNÉES INCLUSES : les randonnées mentionnées dans le programme.
Sous réserve de modifications selon la météo ou la marée.



REPAS INCLUS : des repas gourmands avec des produits du terroir.



HÉBERGEMENT INCLUS : en gîtes de 45 à 65 m².



TRANSPORT NON INCLUS : les trajets pour venir et rejoindre les points de départ des sentiers peuvent être à votre charge. Sur place, notre guide pourra véhiculer 8 personnes.

COMMENT S'Y RENDRE ?



À 20 MIN DU CENTRE-VILLE



À 25 MIN DE LA GARE DE CAEN



À 1H DE ROUEN



À 2H DE PARIS SAINT LAZARE

CABOURG

HONFLEUR

DEAUVILLE

ESCAPADE NORMANDE



votre escapade normande sur la côte Fleurie

ESCAPADE NORMANDE



Levez les yeux.

Les villas Belle Époque se dévoilent, les ruelles racontent, l'air marin accompagne chaque pas.

Avec Escapade Normande, nous vous guidons au cœur de la Côte Fleurie, entre promenades commentées, patrimoine d'exception, et charme du Calvados.

Un séjour pour celles et ceux qui aiment comprendre un territoire, le ressentir, et se laisser surprendre par sa beauté.

Chaque visite est une rencontre — avec la côte, son âme et ses secrets.

L'EXPÉRIENCE

Escapade Normande



Des itinéraires conçus pour vous



Une cuisine locale, fraîche et de saison



Une ambiance chaleureuse et conviviale



Un guide passionné, avec vous pour toutes vos excursions

VOTRE GUIDE

WILLIAM



Guide
professionnel

“Je me plais à faire découvrir à mes clients, dans la bonne humeur et avec énergie, les merveilles naturelles et architecturales de notre région.”

Samedi

Arrivée et installation
Dîner gourmand

Dimanche

Découverte de “La reine
des Plages”
à Trouville-sur-mer

Lundi

Visite de Beuvron en Auge
Visite de Cabourg et
Histoire de Sweet Home

Mardi

Visite extérieure de la
batterie du Mont Canisy
de Benerville-sur-mer

Mercredi

Visite de la ville de
Deauville
Visite de la ville
d'Honfleur

Jeudi

Visite de la ville
d'Houlgate

Vendredi

Visite de
Dives sur mer
Visite de Villers-sur-Mer

Samedi

Départ

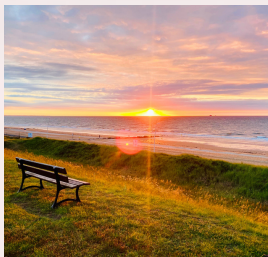
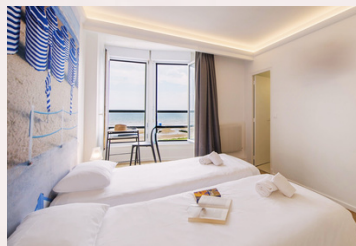
ESCAPADE NORMANDE



NOTRE DOMAINE

VUE MER

Situé sur la côte fleurie, en Normandie, Sweet Home Cabourg vous ouvre les portes de son site unique de 8 hectares face à la mer. Ancienne villégiature de la famille Renault, découvrez un club de vacances familial et convivial.



TARIFS

SÉJOUR 8 JOURS - 7 NUITS

Samedi 25 avril au samedi 02 mai 2026

Chambre partagée	825€
Chambre partagée vue mer	895€
Chambre individuelle	1 035€
Chambre individuelle vue mer	1 175€

Séjour limité à 15 places

SÉJOUR 6 JOURS - 5 NUITS

Lundi 27 avril au samedi 02 mai 2026

Chambre partagée	560€
Chambre partagée vue mer	600€
Chambre individuelle	680€
Chambre individuelle vue mer	760€

Séjour limité à 15 places

Assurance annulation en supplément.

Taxe de séjour 0.88€ par adulte.

Adhésion 23€ par an (adhésion à l'association) ou si séjour - de 4 jours 1.8€ par jour.

ESCAPADE NORMANDE

INCLUS DANS VOTRE SÉJOUR



VISITES INCLUSES : les visites mentionnées dans le programme.
Sous réserve de modifications selon la météo ou la marée.



REPAS INCLUS : des repas gourmands avec des produits de saison.



HÉBERGEMENT INCLUS : choix entre chambres vue parc ou vue mer.



TRANSPORT NON INCLUS : les trajets pour venir et rejoindre les points de départ des sentiers peuvent être à votre charge. Sur place, notre guide pourra véhiculer 8 personnes.

COMMENT S'Y RENDRE ?



📍 À 20 MIN DU CENTRE-VILLE 🚗 À 25 MIN DE LA GARE DE CAEN
🚗 À 1H DE ROUEN 🚗 À 2H DE PARIS SAINT LAZARE