

**ASSOCIATION  
DESTINATION HARMONY**



**SEJOUR CRETE  
MATALA  
HOTEL FRAGISKOS**

**DU 13 AU 20 SEPTEMBRE 2023**

# ASSOCIATION DESTINATION HARMONY

## SÉJOUR CRÈTE

DESTINATION	: CRETE
PERIODE DE DEPART	: DU 13 AU 20 SEPTEMBRE 2023
DUREE	: 8 JOURS / 7NUITS

### PRIX PAR PERSONNE

Séjour	Prestations
<b>890 €</b>	<b>290 €</b>

### CE PRIX COMPREND

- Le transport NANTES / HERAKLION / NANTES incluant 1 bagage en soute par personne sous réserve de disponibilités lors de la réservation et confirmation des plans de vols ,
- Les taxes aéroport 39 € à ce jour,
- L'accueil et l'assistance sur place,
- Les transferts en autocar aéroport/hôtel/aéroport,
- Le logement sur la base d'une chambre double pour 7 nuits, chambre standard
- **Formule tout inclus**
- Les prestations hôtelières en formule selon le descriptif de l'hôtel,
- **L'assurance multirisque PREMIUM avec extension pandémie assistance, rapatriement, annulation et interruption de séjour**
- Un carnet de voyage par couple ou personne seule avec guide sur la destination remis environ un mois avant le départ

### CE PRIX NE COMPREND PAS

- Location de voitures et de motos, l'essence et les assurances
- Les restaurants lors des excursions
- Supplément chambre single : 105 €
- Réduction 3ème adulte en bungalow triple: 80 €/personne,
- Réduction 1er enfant de -12 ans logeant avec 2 adultes : 195€
- Réduction 2ème enfant de -12 ans logeant en chambre familiale : 110€,
- Les excursions et/ou soirées facultatives proposées sur place,
- Les extra et dépenses d'ordre personnel,taxes de séjour

*CARTE NATIONALE D'IDENTITE : Certains pays refusent régulièrement et sans préavis l'entrée sur leur territoire de personnes en possession d'une carte nationale d'identité dont la validité a été automatiquement repoussée de 5 ans sans remplacement du document.*

*De ce fait, nous conseillons vivement aux participants concernés de se munir d'un passeport valide. L'agence ne pourra pas être tenue responsable en cas de refus d'embarquement par la compagnie aérienne, ferroviaire et maritime ou refoulement à l'arrivée du contrôle de police.*

SÉJOUR CRÈTE

Sujet :

Méditation de la Pleine Conscience  
Ecriture spontanée  
Techniques respiratoires  
Développement de l'intuition  
(avec Mireille)

Histoires mythologiques  
Randonnées motos tout terrain pour les personnes en  
possession du permis moto  
(avec Fred)



# ASSOCIATION DESTINATION HARMONY

## DESCRIPTIF HOTEL FRAGISKOS

### Situation

La Crète est la plus vaste des îles grecques et la plus au sud de la mer Egée. Des kilomètres de plage, des montagnes abruptes, de fertiles plaines... ainsi se compose un paysage sans cesse changeant, tantôt boisé, verdoyant et paisible. Vous découvrirez de nombreuses villes ports, pleines de charme tout au long de la côte mais aussi de grands sites archéologiques qui jouèrent un rôle majeur dans l'histoire de l'île, des temps préhistoriques à nos jours.

**L'hôtel Fragiskos 3\*** est situé sur la côte sud de la Crète, dans la station balnéaire de Matala à seulement 50 mètres de la plage publique de Matala (drapeau bleu). Cet hôtel familial se trouve à 65 kilomètres au sud d'Héraklion.

Dans le village de Matala, vous trouverez de nombreuses tavernes, des supérettes et de nombreux bars. En saison, le village peut proposer des soirées animées et des distractions.

A proximité : site archéologique d'Agia Triada, palais minoen de Phaistos (10 km), monastère de Panagia (25 km). A proximité de l'hôtel, il y a des bus qui desservent la ville d'Heraklion et la ville de Mirès (20 km) où se trouve un marché le samedi matin.

On trouve dans les environs le site archéologique de Gortina et le hameau d'Agioi Deka, la tombe minoenne à Kamilari, le musée d'art populaire au village de Vori, la chapelle de l'immaculée conception bâtie dans la roche, la plage rouge à Amoudia et la plage dorée à Kalamaki. A Mires, un grand bazar de couleur locale est organisé tous les samedis.



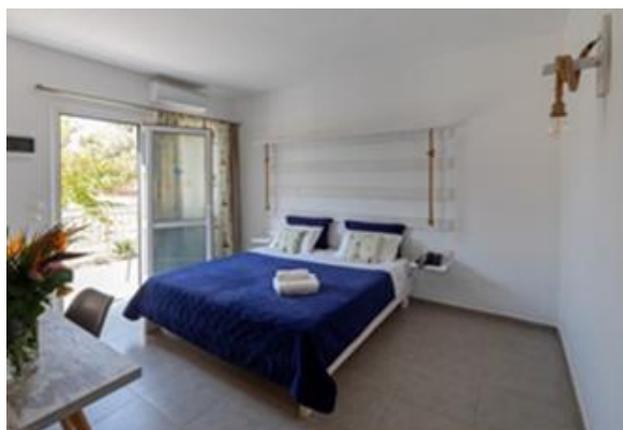
# ASSOCIATION DESTINATION HARMONY

## Logement

L'hôtel Fragiskos compte 105 chambres, réparties dans 8 bâtiments de 1 étage.

Durant votre séjour, vous serez hébergés en chambre double standard (15 à 20 m²):

- 1 lit double ou 2 lits simples
- Salle de bain avec douche
- Télévision (2 chaînes françaises)
- Mini réfrigérateur
- Téléphone
- Placard
- Balcon ou terrasse vue jardin



- Coffre-fort (2€/ jour ou 10€/ semaine)
- Climatisation (5€/ jour)

Capacité max : 3 adultes ou 2 adultes et 1 enfant (+ lit d'appoint).

*Avec supplément :*

- Chambre familiale : 4 lits séparés ou 1 grand lit et 2 lits jumeaux ou 1 grand lit et 2 lits superposés. Capacité max : 2 adultes + 2 enfants ou 4 adultes ou 3 adultes + 1 enfant.

A noter :- Sèche-cheveux sur demande à la réception.

## Equipements

- Accès Wifi gratuit dans les parties communes
- Service de réception 24h/24.

## Animation

L'hôtel Fragiskos est un hôtel sans animations privilégiant la détente.

## Activités enfants

- Bassin adapté
- Lit bébé sur demande.

## Sports et loisirs

- 2 piscines pour adultes dont une avec un bassin pour les enfants, ouverts de 9h à 21h\*
- Plage publique (chaises longues et parasols payants) située à 50 mètres de l'hôtel (parking et petite route à traverser), reconnue drapeau bleu.
- Chaises longues et parasols gratuits à la piscine
- Terrain de basket, ping-pong.



A noter :

Les activités nautiques sont interdites sur la plage de Matala

# ASSOCIATION DESTINATION HARMONY

## Sports et loisirs (en option payante)

- Billard (2€)

La plage étant municipale, les transats et les parasols sont payants moyennant 3€/ transat et 3€/ parasol et des gazebo (belvédère) double pour 10€ par jour.

## **Formule tout inclus**

Dans le cadre de votre formule Tout inclus, vous bénéficiez :

- de la pension complète (petit-déjeuner, déjeuner et dîner) servie sous forme de buffet au restaurant
  - Des boissons non alcoolisées et alcoolisées locales
- Aux repas : eau (en carafe), jus de fruits, sodas, bières et vin.

Au bar (service au verre) de 10h30 à 22h30 au bar de la piscine : eau, sodas, bières et vin, cocktails et alcools spiritueux (whisky, vodka, rhum, gin, ouzo, raki, brandy, café et thé.

- Des snacks au bar de la piscine de 10h30 à 12h30 et de 16h à 18h : sandwiches, salades et crêpes l'après-midi.

Possibilité d'avoir des paniers repas pour le déjeuner en le demandant la veille avant 19h.

A noter :

- Les boissons importées et de marque sont en supplément.
- Les boissons sont payantes après 22h30.
- Pantalon long pour les hommes et tenue décente pour les femmes pour le restaurant.
- La formule tout inclus s'arrête après le déjeuner, après 12h le jour de départ.

### **Restauration :**

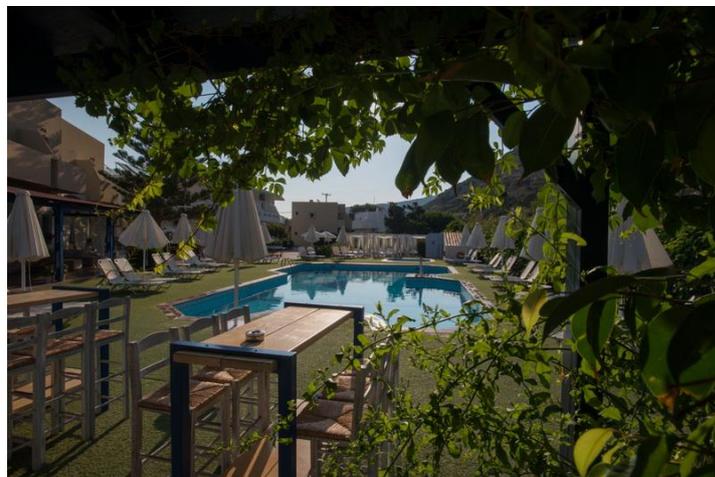
Durant votre séjour, vous serez logés en formule tout-compris (veuillez-vous référer à la rubrique dédiée).

Les repas sont servis sous forme de buffet au restaurant avec une cuisine locale et internationale

Petit déjeuner : 7h30-10h15.

Déjeuner : de 13h à 14h30.

Dîner : 19h30-21h15.



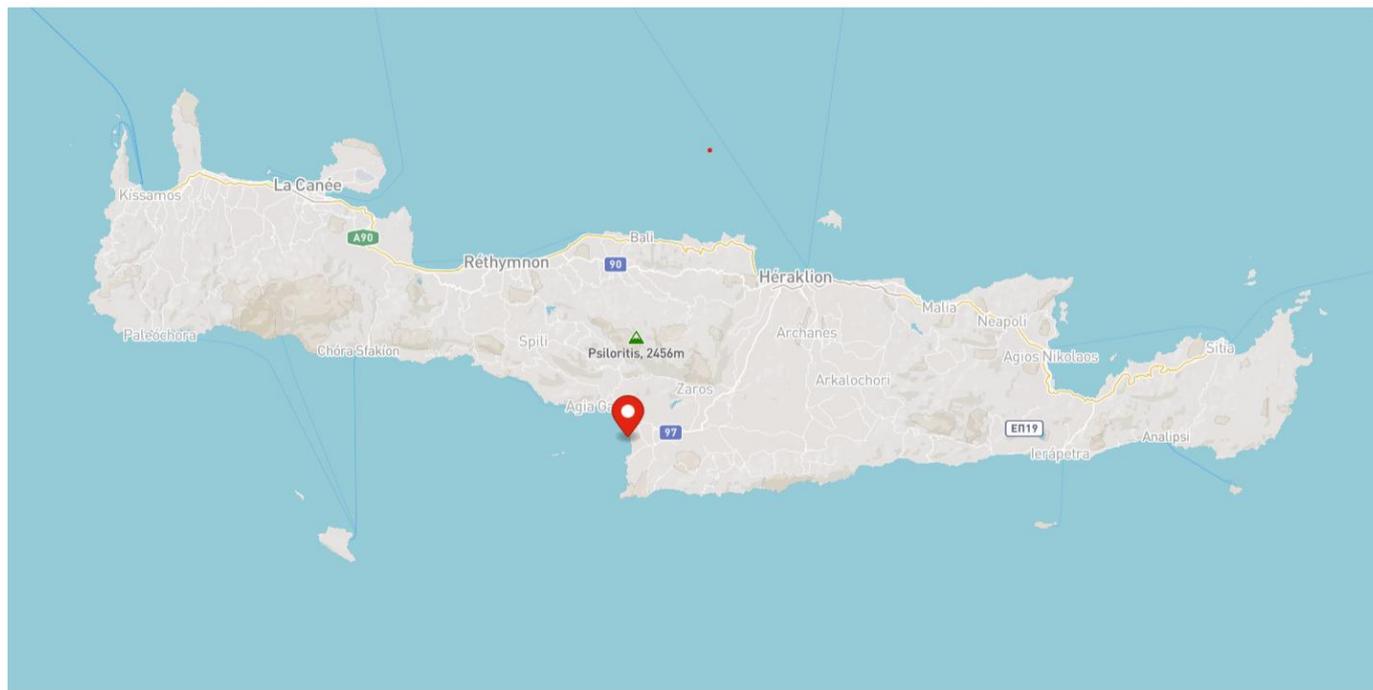
1 bar situé près de la piscine, ouvert de 10h à 22h30 proposant des boissons (service au verre) et des snacks froids de 10h30 à 12h30 et de 16h à 18h.

Possibilité de paniers repas pour le déjeuner en le demandant la veille avant 19h.

# ASSOCIATION DESTINATION HARMONY

## Bon à savoir

- L'hôtel n'est pas adapté aux personnes à mobilité réduite.
- Pas de possibilité de chambres communicantes.
- Parking gratuit.
- Taxe de séjour à régler sur place à votre arrivée : 1,50 €/ chambre/ nuit, sous réserve de modification par les autorités locales.
- Prévoir des serviettes de piscine et plage (l'hôtel n'en fournit pas).



**Validation de l'inscription : 300€ d'arrhes à l'ordre De « Association Destination Harmony » avant le 15 juillet 2023**

**Bulletin d'inscription page suivante :**

# ASSOCIATION DESTINATION HARMONY

## BULLETIN D'INSCRIPTION Séjour à Matala

**Validation de l'inscription : 300€ d'arrhes à l'ordre De « Association Destination Harmony » avant le 15 juillet 2023**

Date du séjour : Du 13 au 20 septembre 2023 \_\_\_\_\_

Nom(s): \_\_\_\_\_

Prénom(s): \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Tél: \_\_\_\_\_

Arrhes versées: \_\_\_\_\_

### Adhésion à l'association « Destination Harmony »

Individuel : 30 €

Couple : 50 €

Autre montant :

Montant total : \_\_\_\_\_

**Merci d'adresser le formulaire d'inscription ainsi que votre règlement, par chèque, libellé à Association Destination Harmony, à l'adresse suivante :**

**Association Destination Harmony  
85, rue Du Général de Gaulle 17139 DOMPIERRE SUR MER**

**Tél : 05 46 67 24 93 / 06 74 19 62 55**

**Mail : [contact@sophroharmony.com](mailto:contact@sophroharmony.com) / Site : [www.sophroharmony.com](http://www.sophroharmony.com)**