

LA FORMULE

Pourquoi choisir ce séjour ?

Ce stage "bien-être" est spécialement pensé pour celles et ceux qui ont décidé de s'accorder une pause. Chaque semaine, vous participerez à 15h de cours d'anglais ainsi qu'à 3 cours de yoga dans un studio situé à proximité de l'école. Vous pourrez choisir le style de yoga que vous voulez.

Le rythme des cours, les sessions revitalisantes et relaxantes de yoga ainsi que le cadre proposé par cette station balnéaire sont les parfaits ingrédients pour un moment de pure détente.

Les participants pourront aussi bénéficier d'un soin spa durant leur séjour.

LE CENTRE DE COURS

Eastbourne

Superbe station balnéaire de la côte Sud de l'Angleterre, toute proche de l'aéroport de London-Gatwick et à seulement 90 minutes de Londres en train, Eastbourne est chaque année plébiscitée par nos participants. Vous aimerez l'élégance de son front de mer, l'animation de ses rues piétonnes, et apprécierez vite cette ville où l'on se sent en parfaite sécurité. C'est une destination qui présente un excellent rapport qualité prix en Angleterre.



L'école accueille principalement des étudiants de 16-25 ans sur des programmes à la fois généralistes et thématiques, avec des stages dédiés au yoga, au tennis, au golf, à l'équitation, aux sports nautiques.

Elle organise aussi des sessions dédiées aux participants de 50 ans et plus combinant cours d'anglais, visites et activités culturelles.

- Wifi gratuit
- Tableaux numériques interactifs
- Jardin

LES COURS

Le programme de cours comprend :

- 20 leçons de 45 minutes soit **15h de cours par semaine**,
- dans des classes de **10 étudiants en moyenne** (12 maximum),
- avec des professeurs natifs et diplômés pour enseigner leur langue maternelle.

Les activités visent à renforcer l'ensemble des connaissances linguistiques **en mettant l'accent sur la pratique orale**. Les enseignants proposent des situations d'apprentissage engageantes qui permettent d'aider les étudiants à rapidement prendre confiance lorsqu'ils s'expriment.

Une séance de cours se déroule dans la salle multimedia et permet de travailler de manière spécifique grammaire, vocabulaire et compréhension à partir d'exercices d'appropriation.

LES ACTIVITÉS

Chaque semaine, vous pourrez participer à 3 cours collectifs de yoga dans un studio situé à proximité immédiate de l'école. Les cours peuvent avoir lieu l'après-midi, en soirée ou le weekend. Vous pourrez choisir parmi un large éventail de pratiques :

- Yin Yoga
- Hatha Yoga
- Vinyasa
- Mobilité
- Pilates

Il est possible d'acheter des cours supplémentaires sur place pendant votre séjour.

L'école propose aussi des activités sociales et des excursions supplémentaires qui peuvent être gratuites ou payantes et vous pourrez vous inscrire et régler sur place si vous le souhaitez.

LES FORMALITÉS



Pour les participants de nationalité française :

- Passeport en cours de validité*
- Depuis le 1er avril 2025, une autorisation de voyage électronique (ETA) valable 2 ans, que vous devez demander: <https://www.gov.uk/guidance/apply-for-an-electronic-travel-authorisation-eta>
- Un Student Visa si votre séjour dure plus de 6 mois : <https://www.gov.uk/student-visa>

SI LE PARTICIPANT EST MINEUR :

Pour les participants de nationalité française :

Selon les cas, 5 à 6 documents sont obligatoires pour se rendre en Grande-Bretagne :

Document 1 : Passeport en cours de validité*

Document 2 : Depuis le 1er avril 2025, une autorisation de voyage électronique (ETA) valable 2 ans, que vous devez demander: <https://www.gov.uk/guidance/apply-for-an-electronic-travel-authorisation-eta>

Document 3 : Formulaire CERFA d'Autorisation de Sortie du Territoire, obtenu dans votre Espace Perso sur le site ASL, complété et signé par le Responsable Légal habilité, imprimé, et remis au mineur voyageant.

Document 4 : Copie de la pièce d'identité du Responsable Légal ayant signé le formulaire d'AST (document 3)

Document 5 : Le formulaire "Letter of Consent to Travel", ou "Authorisation to Travel" (selon le titre que leur donne chaque école), que vous trouverez dans votre Espace Perso. A imprimer, compléter, dater et signer.

Document 6 : Et, uniquement dans le cas où le Responsable Légal habilité, et le mineur voyageant, n'ont pas le même nom, une copie du Livret de Famille démontrant le lien entre ces 2 personnes.

Tenez compte des délais d'obtention de ces documents, qui peuvent s'avérer fort longs suivant les régions !

La non-présentation des documents requis pour le passage des frontières le jour du départ entraîne l'annulation du séjour sans remboursement.

*** Validité des passeports :** seule la date de validité imprimée sur le document d'identité est prise en compte par les services de l'immigration britannique. Même si l'Etat français a prolongé la durée de vie des passeports expirés, cette extension de validité n'est pas prise en compte ni acceptée par la Grande-Bretagne. Assurez-vous que la date de validité imprimée sur le passeport est bien respectée.

Autorisation de sortie du territoire pour les mineurs

A compter du 15 janvier 2017, un mineur non accompagné d'une personne détentrice de l'autorité parentale ne pourra plus quitter le pays sans autorisation.

L'enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : passeport

- Photocopie du titre d'identité valide ou périmé depuis moins de 5 ans du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire CERFA signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale

Ce formulaire CERFA vous sera fourni par ASL dès la confirmation de votre inscription.

LES DATES ET LES PRIX

[Devis interactif](#)

Cours	Voyage	Prix
2 semaines 15h de cours d'anglais & 3 cours de yoga par semaine	voyage individuel	1 655,00 €
3 semaines 15h de cours d'anglais & 3 cours de yoga par semaine	voyage individuel	2 300,00 €
4 semaines 15h de cours d'anglais & 3 cours de yoga par semaine	voyage individuel	2 935,00 €

Frais d'hébergement

Caractéristiques

Chez l'habitant

Demi-pension en semaine, Pension Complète le week-end
Chambre individuelle / Salle de Bains partagée

Prix
à partir de
240 € / sem.

Personnalisation du séjour

Caractéristiques

Accueil-transfert

Régime alimentaire spécifique

Assurance Multirisques (Médicale/Rapatriement PLUS Annulation avant le départ, RC)

Prix
De 320,00 à 470,00 €
à partir de
43,75 € / sem.
à partir de
90,00 €

LE CENTRE EN PHOTOS

