

MANITAS - LA RETRAITE - AUTOMNE 2026

MANITAS
LA RETRAITE
X
THE
OASIS HOUSE®

RETRAITE CRÉATIVE D'AUTOMNE - DU 6 AU 8 NOVEMBRE 2026

SOMMAIRE

LA COLLAB	3
LA RETRAITE	6
LE PROGRAMME	11
FOIRE AUX QUESTIONS	15
L'ÉQUIPE	17
MOODBOARD DE LA RETRAITE	19
LE LIEU - LA PRAIRIE	23
ACCESSIBILITÉ	31

LA COLLAB



THE OASIS HOUSE

The Oasis House imagine des séjours qui invitent à ralentir, se retrouver et profiter pleinement du temps passé ensemble. Dans de belles maisons de campagne, singulières et authentiques, The O.H. crée des parenthèses hors du quotidien, pensées pour se déconnecter et profiter pleinement du lieu.

Chaque maison possède son histoire, son caractère et son âme. Grandes tablées, discussions, rires et activités viennent alors donner vie à ces lieux.

L'ambition : repartir avec de beaux souvenirs, de nouvelles connexions et l'envie de prolonger cette parenthèse un peu plus longtemps.

MANITAS

Manitas ce sont des lieux hybrides où se rencontrent créativité et convivialité. Des espaces chaleureux pour créer, apprendre, déconnecter et prendre le temps de soi. Ateliers, cours, stages, ateliers itinérants et événements rythment l'année pour expérimenter sa créativité.

Au Café céramique, on peint une pièce en céramique déjà cuite autour d'une boisson et de douceurs faites maison.

À L'atelier de Poterie, débutant·es comme initié·es explorent la céramique de A à Z à leur rythme : modelage, tournage, peinture, émaillage.



L'IDÉE DE LA COLLABORATION

Au printemps, nous avons eu la chance de collaborer discrètement avec The Oasis House et son équipe. Une rencontre naturelle et inspirante, qui nous a rapidement donné envie d'imaginer quelque chose ensemble.

Au fil des échanges, nous sommes tombées amoureuses de l'esprit du lieu : une maison chaleureuse, authentique et pleine de charme, où l'on se sent immédiatement chez soi. **Un cadre qui résonne particulièrement avec l'univers de Manitas.**

Depuis nos débuts, nous avons toujours eu envie d'aller plus loin que les ateliers classiques : imaginer de vrais moments de vie, où la création côtoie les rencontres, les rires, la gourmandise et la découverte.

Alors cet automne, on a décidé d'imaginer une expérience rien qu'à nous : maison de campagne, couleurs d'automne, soirées brasero, céramique, mouvements doux, cuisine réconfortante et grandes tablées... avec vous !

NOUS TRÈS HEUREUSES DE VOUS PROPOSER CETTE PREMIÈRE RETRAITE CRÉATIVE D'AUTOMNE, IMAGINÉE À LA PRAIRIE — THE OASIS HOUSE :

Trois jours pour créer, se retrouver, prendre soin de soi et savourer pleinement la saison.

PS : Merci de nous aider à réaliser tous ces beaux projets...!

#manitasdanslamanitas



LA RETRAITE



VOTRE parenthèse CRÉATIVE DE L'AUTOMNE

CRÉER. RALENTIR. SAVOURER. RESPIRER. PARTAGER.

UNE PARENTHÈSE CRÉATIVE & COCOONING AU COEUR DE L'AUTOMNE AVEC *the oasis house*

DU 6 AU 8 NOVEMBRE - 3 JOURS / 2 NUITS

Ici, pas de planning surchargé :

On prend le temps.

On crée avec les mains.

On bouge doucement.

On reconnecte avec la nature.

On partage de grandes tablées et des repas de saison.

Et entre deux activités, on laisse simplement de la place au calme,
aux discussions, aux fous rires et aux petits plaisirs de l'automne.

MANITAS - LA RETRAITE

Ce séjour est une retraite au féminin pouvant accueillir jusqu'à 20 participantes :

- Ateliers de poterie et peinture sur céramique accessibles à toutes
- Ateliers créatifs surprises
- Yoga, pilates et mouvement doux
- Temps libres : balades, vélo, padel, temps calmes, jeux...
- Cuisine de saison végétarienne et grandes tablées conviviales
- Soirées pour papoter
- Ambiance cocooning et créative



ce qui est inclus :

- L'hébergement
- Tous les repas : matin, midi, collations, soir
- Les ateliers : peinture sur céramique, cours de poterie, matériel, émaillage, cuisson & envois des pièces si besoin
- Les cours de yoga / pilates doux
- Les boissons fraîches & les softs
- Les produits de douche : gel douche / shampoing / crème hydratante
- Le linge : linge de lit / serviettes de bain
- L'accès aux infrastructures : vélos, padel, salle de jeux, piscine, jardin...

ce qui est non inclus :

- Le transport
- Les alcools premium
- Les achats personnels

à mettre dans votre valise :

- Des tenues confortables pour les ateliers
- Des tenues de yoga / pilates / mouvement doux
- Des tenues chaudes pour nos soirées brasero / balades
- Une gourde
- Des lunettes de soleil selon la météo prévue
- Bonus : livre, carnet, sudoku, mots croisés...



les tarifs :

LA RETRAITE CRÉATIVE · 480 € / PERSONNE

Ce tarif comprend l'ensemble de l'expérience : ateliers créatifs, yoga, pilates, activités, repas, moments imaginés tout au long du séjour et l'encadrement de l'équipe.

À ce tarif s'ajoute la chambre de votre choix :

CHAMBRE EN DUO · +110 € / PERSONNE

L'option conviviale à partager à deux, entre amies ou avec une autre participante que vous ne connaissez pas encore ! Si vous venez à deux, pensez à nous préciser avec qui vous souhaitez partager votre chambre lors de la réservation.

= 590 € / PERSONNE · RETRAITE + CHAMBRE EN DUO

CHAMBRE SOLO · +220 € / PERSONNE

L'option calme & cocooning, pour vous reposer et profiter d'un espace personnel et vivre la retraite dans une bulle plus intime.

= 700 € / PERSONNE · RETRAITE + CHAMBRE SOLO

réservation & conditions :

MODALITÉS DE RÉSERVATION :

- Réservation confirmée après réception du mail de confirmation et du règlement.
- Paiement possible en 1, 2 ou 3 fois, selon les options proposées par la plateforme.
- Le tarif comprend la retraite et l'hébergement. Le transport jusqu'à La Prairie reste à la charge des participantes.
- Merci de nous signaler lors de la réservation toute allergie, intolérance, régime alimentaire particulier, contre-indication ou problème de santé.

conditions d'annulation :

ANNULATION DE LE PARTICIPANTE

- Toute inscription est définitive : aucun remboursement, report ou modification ne pourra être accordé.

ANNULATION PAR L'ORGANISATION

- En cas d'annulation exceptionnelle par l'organisation, l'intégralité des sommes versées sera remboursée.

CONTACT RÉSERVATION :

- Une question ? Écrivez-nous : partenariats@manitas.fr

LE PROGRAMME



JOUR 1 : VENDREDI 6 NOVEMBRE

15H00 – 16H30 · BIENVENUE À LA PRAIRIE

Accueil, découverte de La Prairie et installation dans les chambres.
On se retrouve autour d'une boisson chaude et d'une petite douceur pour prendre ses premiers repères.

ATELIER CRÉATIF · MODELAGE & PEINTURE SUR CÉRAMIQUE

Un atelier de 2h pour mettre les mains dans la terre, laisser parler sa créativité et faire connaissance.

TEMPS POUR SOI

Douche, repos, lecture, balade... chacune prend le temps de souffler.

APÉRO AU COIN DU FEU

Brasero sous les étoiles si la météo le permet, ou cheminée au chaud.
Quelques petits jeux pour faire connaissance et briser la glace.

**DÎNER · GRANDE TABLÉE D'AUTOMNE
& SOIRÉE AU COIN DU FEU**

Un dîner chaleureux et réconfortant à partager ensemble, suivi d'une soirée libre : tisanes, verres de vin, jeux et longues conversations... La soirée se poursuit au gré de vos envies.



JOUR 2 : SAMEDI 7 NOVEMBRE

DÈS 9H · PETIT-DÉJEUNER

Un petit-déjeuner gourmand pour commencer tranquillement la journée en douceur et avec énergie.

YOGA / PILATES

Une matinée pour réveiller le corps, bouger, respirer et se recentrer.

TEMPS POUR SOI

Promenade automnale, balade à vélo, padel en équipe, lecture au coin du feu, douche, activités créatives ou simplement profiter de la maison... Chacune prend le temps dont elle a envie.

DÉJEUNER

Un déjeuner de saison à partager autour d'une grande table, suivi d'un café et d'un petit moment de calme.

ATELIER CRÉATIF · MODELAGE & PEINTURE SUR CÉRAMIQUE

Un grand atelier pour créer avec les mains, expérimenter, personnaliser sa pièce et laisser libre cours à son imagination.

TEMPS POUR SOI & GOÛTER

Une pause douce et gourmande pour profiter d'un goûter, se poser au coin du feu, bouquiner, se balader ou simplement ne rien faire.

APÉRO & DÎNER · GRANDE TABLÉE D'AUTOMNE

On se retrouve autour d'un verre avant un dîner chaleureux et réconfortant.

UNE LETTRE À SOI-MÊME

Un moment calme pour faire le point sur l'année, penser à la suite et s'écrire une lettre à recevoir quelques mois plus tard.

BLIND TEST & SOIRÉE LIBRE

On termine la journée en musique avec un blind test (la spécialité de Manitas !), puis la soirée se poursuit selon les envies : coin du feu, jeux, discussions et tisane sous un plaid...



JOUR 3 : DIMANCHE 8 NOVEMBRE

DÈS 9H · COLLATION

Un buffet plus léger pour commencer cette matinée en toute légèreté.

STRETCHING / YOGA / PILATES

Une dernière parenthèse tout en douceur pour étirer le corps, respirer et commencer cette dernière journée sereinement.

TEMPS POUR SOI

Douche, repos, lecture, balade, derniers instants créatifs et préparation des valises... chacune profite de La Prairie à son rythme.

GRAND BRUNCH DE CLÔTURE

Une dernière grande tablée autour d'un brunch gourmand et réconfortant (comme on sait si bien les faire) à savourer ensemble, suivi d'un café pour échanger, revenir sur ces trois jours et profiter encore un peu d'être ensemble.

DERNIERS INSTANTS CRÉATIFS & TEMPS POUR SOI

Peinture libre, terminer une pièce, balade, photos ou simplement profiter du lieu avant le départ.

16H30 · L'HEURE DU DÉPART

Il est temps de rentrer chez soi avec de beaux souvenirs et, on l'espère, beaucoup de douceur à ramener avec soi.



FOIRE AUX QUESTIONS



PEUT-ON VENIR SEULE ?

Oui, complètement. La retraite a été pensée pour accueillir autant des participantes solo que des groupes d'amies. Vous pouvez également venir seule mais partager une chambre en duo avec une autre participante qui le souhaite également = c'est l'occasion de créer de nouveaux liens !

FAUT-IL AVOIR DÉJÀ FAIT DE LA CÉRAMIQUE OU PEINTURE ?

Non. Tous les ateliers sont accessibles aux débutantes.

FAUT-IL AVOIR UN NIVEAU EN YOGA / PILATES ?

Non. Les séances sont pensées pour tous les niveaux dans une approche douce et accessible.

PEUT-ON ADAPTER LES REPAS ?

Oui. Merci de préciser obligatoirement vos allergies, intolérances ou régimes alimentaires lors de la réservation.

À noter : nos repas sont végétariens.

QUE DEVIENNENT LES PIÈCES EN CÉRAMIQUE ?

Les créations seront ramenées à Lyon, émaillées, cuites puis envoyées aux participantes après la retraite.

QUELLE EST LA MOYENNE D'ÂGE ?

L'équipe a une moyenne d'âge de 33 ans mais notre séjour accueille toutes les générations !

Chacune y trouve sa place, et cette diversité donne lieu à des échanges enrichissants.

EST-CE QUE LA RETRAITE EST MIXTE ?

Notre retraite est à l'image de notre entreprise et de notre parcours entrepreneurial : profondément féminin. Depuis le début de l'aventure Manitas, nous évoluons dans un univers composé à 99 % de femmes, et nous avons eu envie de créer un espace qui leur soit entièrement dédié.

Pour cette édition, nous souhaitons nous retrouver entre filles, femmes, entrepreneuses, créatives et passionnées. Un moment pour échanger librement, se soutenir, partager ses expériences et célébrer toutes ces nanas qui osent, créent et avancent ensemble.

Cette retraite est donc réservée aux femmes, dans l'esprit de sororité, de bienveillance et d'inspiration qui nous anime au quotidien.

Y A-T-IL UN PARKING ?

Oui, un parking est disponible sur place.

L'ÉQUIPE





L'ÉQUIPE MANITAS

Maud & Justine
Co-fondatrices de Manitas

Louise · Responsable développement,
céramiste & pâtissière
Johana · Responsable communication,
événements & partenariats

Une équipe créative et passionnée, qui aime transformer les idées en expériences uniques.
Pendant cette retraite, nous serons là pour vous accompagner, vous transmettre notre passion et surtout vous montrer qu'il n'est pas nécessaire d'être artiste pour créer, se détendre et laisser libre cours à son imagination.
Nous vous guiderons à travers le travail de la terre et différentes techniques de façonnage, pour imaginer et créer vos propres pièces, dans une ambiance simple, ludique et sans pression.



LAURE

Mouvement & bien-être . Professeure
de Pilates, Reformer, yoga & fitness
dansé

Après plusieurs expériences comme professeure de français, danseuse et maman, Laure a fait du mouvement et du bien-être son métier.

Aujourd'hui instructrice de Pilates, Reformer, yoga et fitness dansé, elle propose une approche à la fois douce et dynamique, pour se renforcer, se recentrer et retrouver une énergie durable.

MOODBOARD DE LA RETRAITE









LE LIEU - LA PRAIRIE



LES CHAMBRES

Chaque chambre a été pensée comme un prolongement de l'expérience : un espace calme, lumineux et chaleureux, où l'on se sent immédiatement bien, comme dans un cocon.

L'ambiance mélange esprit maison de campagne, matières naturelles et douceur.

L'idée n'est pas l'hôtellerie classique, mais une sensation de cocon chic et décontracté.

Les participantes pourront choisir entre plusieurs formats* selon leurs envies :

- partager une chambre entre amies ou avec une autre participante
- ou venir seule pour une vraie parenthèse personnelle

*voir p.10 - tarifs

= 590 € / personne · retraite + chambre en duo

= 700 € / personne · retraite + chambre solo





CHAMBRE EN DUO*

2 PERSONNES - 1 LIT SIMPLE/PERSONNE

l'option conviviale :

Des chambres spacieuses à partager à 2 pensées pour garder confort tout en profitant de l'énergie collective du week-end.

Parfait pour :

- venir entre amies,
- rencontrer de nouvelles personnes,
- vivre l'expérience dans une ambiance chaleureuse et détendue.

Inclus :

- lits simples et confortables,
- linge de maison premium,
- serviettes de bain,
- petite attention d'accueil,
- shampoing, gel douche, crème hydratante,
- ambiance apaisante, décoration douce,
- accès à tous les espaces de la maison.

*voir p.10 - tarifs



CHAMBRE SOLO*

CHAMBRE PRIVÉE POUR 1 PERSONNE

l'option calme & cocooning :

Pour celles qui souhaitent vivre la retraite dans une bulle plus intime.

Un espace rien qu'à soi pour :

- ralentir,
- lire,
- se reposer,
- profiter pleinement du calme du lieu.

Inclus :

- lit double confortable,
- linge de maison premium,
- serviettes de bain,
- petite attention d'accueil,
- shampoing, gel douche, crème hydratante,
- ambiance apaisante, décoration douce,
- accès à tous les espaces de la maison.

*voir p.10 - tarifs



LES ESPACES COMMUNS

The Oasis House a été pensée pour vivre autant dedans que dehors.

Les participantes pourront profiter :

- du salon,
- de la salle de jeux,
- des terrasses,
- des grandes tables extérieures,
- de la grange,
- des coins lecture,
- du terrain de padel,
- du terrain de pétanque,
- des vélos,
- des espaces chill pour discuter ou simplement ne rien faire,

À l'arrivée, chaque participante découvrira :

- une petite attention de bienvenue,
- des boissons fraîches,
- un carnet,
- une sélection bien-être,
- et tous les détails qui rendent le séjour encore plus doux.







ACCESSIBILITÉ



COMMENT VENIR ?

Le lieu : The Oasis House – La Prairie, 1 rue des Tuileries, 77620 Égreville

Pour rejoindre La Prairie, plusieurs options sont possibles :

- voiture
- train + ter
- train + ter + bus

Nous vous encourageons à privilégier le covoiturage, une solution conviviale, économique et plus écologique.

Organisation :

Un groupe WhatsApp sera créé quelques semaines avant la retraite pour permettre aux participantes de s'organiser et de se coordonner : covoiturages, trajets en train, navettes gare - La Prairie.
(Et pour commencer à faire connaissance !)



EN VOITURE · L'OPTION LA PLUS SIMPLE

- Depuis Lyon : environ 4h30 via l'A6 (environ 420 km).
- Parking gratuit sur place.
- Points de covoiturage recommandés : Lyon Part-Dieu, Gare de Lyon Perrache, Limonest (A6), Villefranche-sur-Saône – Péage A6, Mâcon Sud, Beaune, Auxerre Nord

TRAIN + TER · L'OPTION LA PLUS CONFORTABLE

- TGV Lyon Part-Dieu → Paris Gare de Lyon
- TER Paris Bercy → Montargis
- Puis navette organisée par Manitas entre la gare de Montargis et La Prairie. Les horaires seront organisés en fonction des arrivées des participantes et communiqués en amont du séjour.

TRAIN + TER + BUS · L'OPTION LA PLUS ÉCONOMIQUE

Cette option est possible mais demande davantage de correspondances et sera donc un peu moins confortable.

- TGV Lyon Part-Dieu → Paris
- Puis TER jusqu'à Montargis ou Dordives
- Puis bus jusqu'à Égreville
- Enfin, un court trajet jusqu'à La Prairie.

NOTRE CONSEIL

Si vous venez en train, nous vous recommandons l'arrivée à Montargis, qui nous permettra d'organiser plus facilement les transferts jusqu'à La Prairie.





partenariats@manitas.fr

CRÉER. RALENTIR. SAVOURER. RESPIRER. PARTAGER.