



**GITES ET BIEN-ÊTRE - ARHOMEPLUS-
HUNIC - AUTUN**



ARHOMEPLUS VOTRE GÎTE &
CENTRE BIEN-ÊTRE

<https://arhomeplus-hunic.fr>

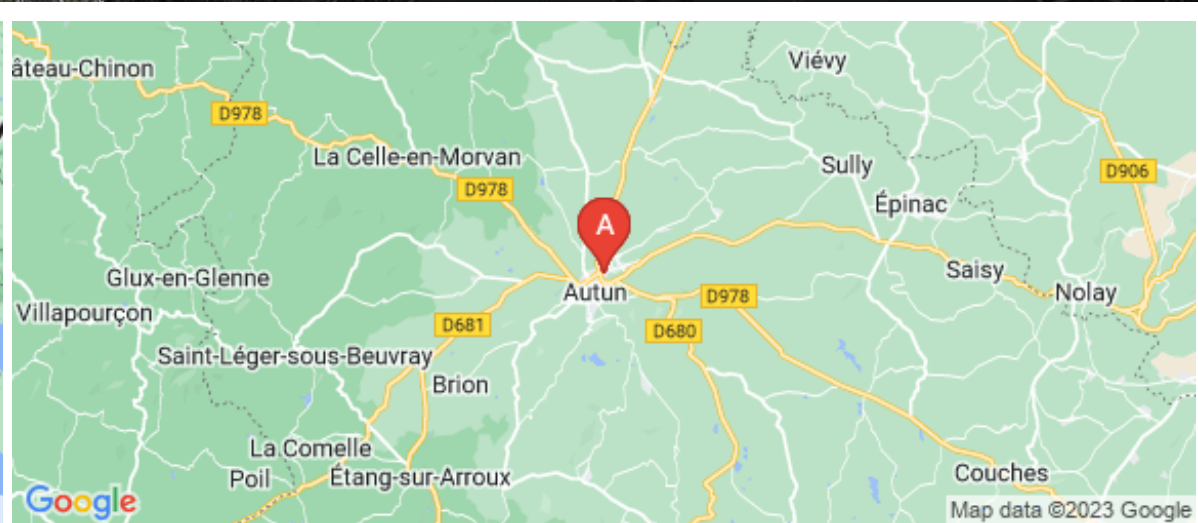
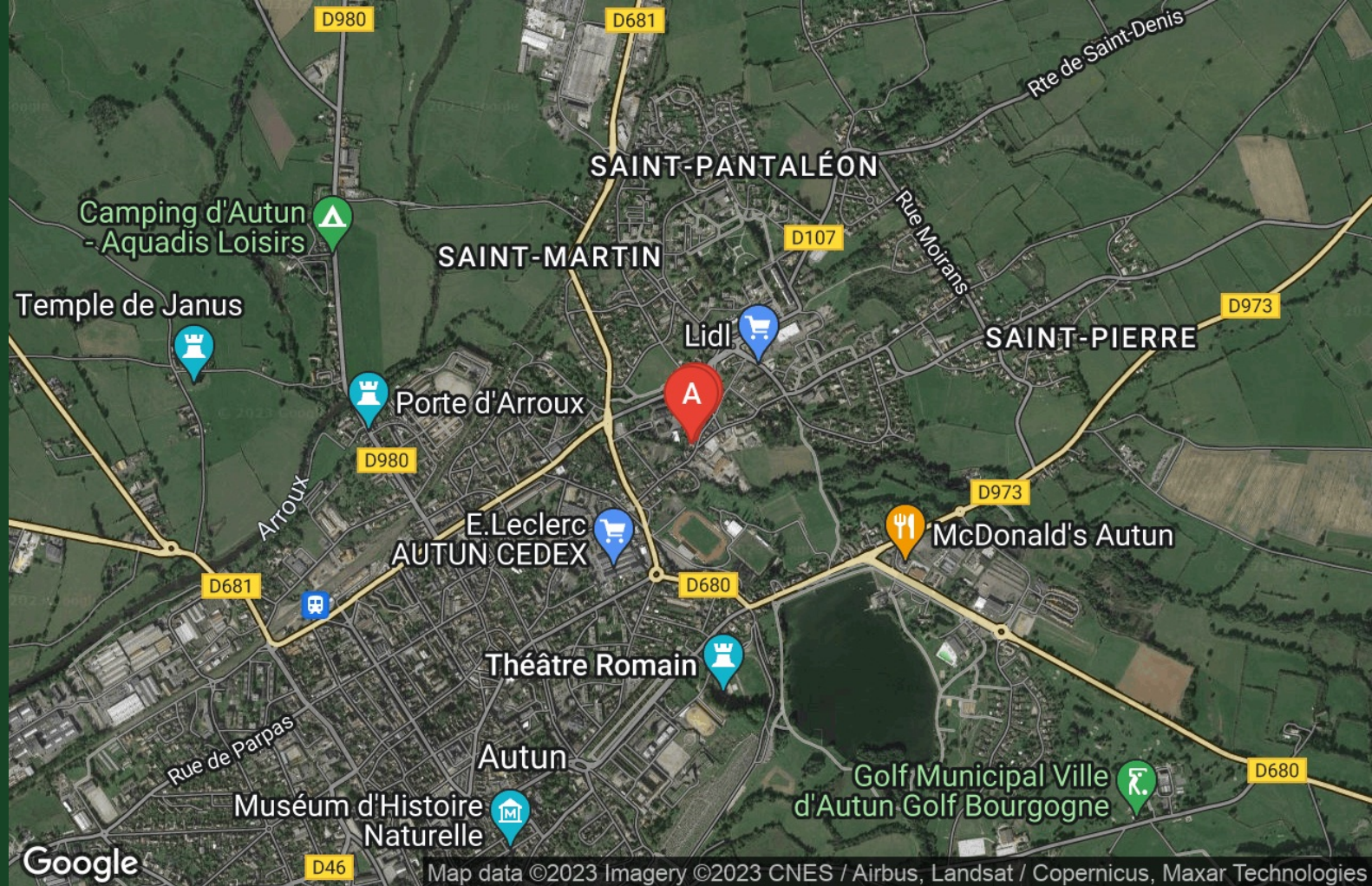


Nicole Barbier Réflexologue & Praticienne en massage bien-être

☎ 0985049118

☎ 0637524130

- A** Gite Arhomeplus-Hunic 1 : 1 Rue du Bourg
71400 AUTUN
- B** Gite Arhomeplus-Hunic 2 - Autun : 1 Rue du
Bourg 71400 AUTUN
- C** Gite Arhomeplus-Hunic 3 : 1 Rue du Bourg
71400 AUTUN
- D** Arhomeplus Votre centre bien-être : 1, rue du
Bourg, 71400 Autun





Gite Arhomeplus-Hunic 1



Apartment



4

personnes
(Maxi: 6
pers.)



2

chambres

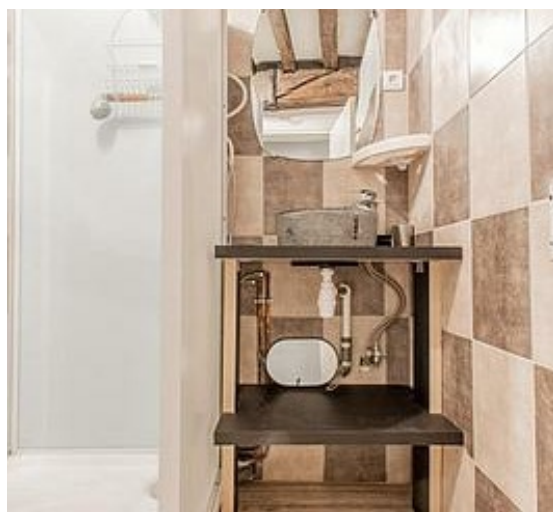


100

m²



Nicole vous accueille dans une maison de ville du XIXe intégralement restaurée, nichée en bordure de ruelle peu passante au sein d'un paisible quartier résidentiel à deux pas du centre-ville (toutes commodités), du plan d'eau du Vallon (100 ha de "sport nature" avec base nautique) & des divers équipements de loisirs (dont golf). Adossée à la vaste forêt sauvage de Planoise (véritable "poumon vert" des contreforts sud du massif du Morvan, à parcourir à pied ou VTT lors d'apaisantes balades) au creux d'un magnifique cadre préservé de douce campagne vallonnée, cette cité doublement millénaire labellisée "Ville d'Art & d'Histoire" (née de la volonté de l'empereur romain Auguste), dispose d'un patrimoine unique : exceptionnels vestiges gallo-romains (Temple, portes, théâtre, Pyramide de Couhard....), médiévaux (cathédrale St-Lazare du XIIe, anciens remparts, tour des Ursulines, chapelle romane du XIe, hauts quartiers aux maisons à colombages....) & classiques (halles couvertes du XIXe, théâtre à l'italienne de 1884, lycée militaire du XVIIe...). Gîte ultra spacieux. Agréable grande pièce de vie lumineuse. Équipement très complet (dont piano & écran de projection vidéo avec grande DVDthèque). Chaleureux cachet contemporain mixant esprit "campagne chic" & touches "ethniques" sublimé par l'élégante pourtraison, charpente & manteau de cheminée d'époque. Beaucoup de charme & caractère. Ambiance cosy & cocooning. Large balcon-terrasse exposée. Composition : Maison comprenant le cabinet professionnel du propriétaire et 3 gîtes. Buanderie en commun avec lave-linge. Wifi (fibre). Chauffage PAC. Gîte au 1er étage. Séjour-cuisine-salon, 2 chambres (lit 2 p. 160x200cm dans chacune), espace détente "piano-bar" (canapé convertible 2 p. 140x190cm en appoint), salle d'eau (douche), Wc indépendant. Balcon-terrasse privatif. Local vélos. Parking public gratuit aisé sur place. Supermarché 500m. Gare 1.5 km.



Pièces et équipements

<i>Bedrooms</i>	Bedroom(s): 2 Bed(s): 3	including bed(s) for 1 pers.: 0 including bed(s) for 2 pers.: 3
<i>Bathrooms / Shower room</i>	Bathroom with shower Shower room (s): 1	
<i>WC</i>	WC: 1 Separate WC	
<i>Kitchen</i>	American Kitchen Combined freezer Oven Dishwasher	Freezer Microwave oven Fridge
<i>Other rooms</i>	Living room Terrace	Sitting room
<i>Media</i>	Cable / satellite Wifi	TV
<i>Other equipment</i>	Shared washing machine	
<i>Heating / Air conditioning</i>	Heating	
<i>Outside</i>	Barbecue	
<i>Various</i>		

Infos sur l'établissement



Common

Terraced house with owner



Activities



Réseaux

Internet access



Stationnement

Parking nearby



Services



Outdoors

A savoir : conditions de la location

<i>Arrival</i>			
<i>Departure</i>			
<i>Spoken language(s)</i>	English	Spanish	French
<i>Cancellation/P repayment/Deposit</i>			
<i>Accepted payment methods</i>	Bank and post-office checks Paypal	Holiday vouchers Virement bancaire	Cash
<i>Cleaning</i>			
<i>Sheets and Linen</i>	Bel linen and / or towels included		
<i>Children and extra beds</i>			
<i>Pets</i>	Pets are allowed.		

Tarifs (au 03/08/23)

Gite Arhomeplus-Hunic 1

Tarif standard pour 4 personnes. Petit déjeuner non compris. Réduction de -10 euros pour 2 personnes. Supplément de 10 euros pour 5 personnes et 15 euros pour 6 personnes. Tarif mois 30% du tarif semaine. 1 soin de 60 minutes offert, selon disponibilité, pour toute réservation de 7 nuits, du 1er juin au 30 septembre.

Tarifs en €:	Tarif 1 nuit en semaine (L, M, M, J, D)	Tarif 1 nuit en weekend (V ou S)	Tarif 2 nuits weekend (V+S)	Tarif 7 nuits semaine
du 11/07/2023 au 12/07/2024	170€		300€	850€



Gite Arhomeplus-Hunic 2 - Autun



Apartment



3
personnes



1
chambre



36
m²



Nicole vous accueille dans une maison de ville du XIXe intégralement restaurée, nichée en bordure de ruelle peu passante au sein d'un paisible quartier résidentiel à deux pas du centre-ville (toutes commodités), du plan d'eau du Vallon (100 ha de "sport nature" avec base nautique) & des divers équipements de loisirs que compte la ville (dont le golf). Adossée à la vaste forêt sauvage de Planoise (véritable "poumon vert" des contreforts sud du massif du Morvan, à parcourir à pied ou VTT lors d'apaisantes balades) au creux d'un magnifique cadre préservé de douce campagne vallonnée, cette cité doublement millénaire labellisée "Ville d'Art & d'Histoire" (née de la volonté de l'empereur romain Auguste), dispose d'un patrimoine unique : exceptionnels vestiges gallo-romains (Temple, portes, théâtre, Pyramide de Couhard...), médiévaux (cathédrale St-Lazare du XIIe, anciens remparts, tour des Ursulines, chapelle romane du XIe et maisons à colombages....) & classiques (halles couvertes du XIXe, théâtre à l'italienne de 1884, lycée militaire du XVIIe...). Petit gîte de bon confort au chaleureux cachet campagnard contemporain conjugué aux riches traces du bâti originel (élégant manteau de cheminée en pierre & plafond à la française). Mini balcon abrité complété par un intimiste espace terrasse en gravier, doté d'un salon de jardin, sis au sein d'une cour close à l'arrière de la maison (en commun avec autre gîte & propriétaires). Composition : Maison comprenant le cabinet professionnel du propriétaire et 3 gîtes. Buanderie en commun avec lave-linge. Wifi fibre. Chauffage PAC. Gîte au 1er étage. Espace cuisine (dans couloir), séjour-salon (canapé convertible 2 p. 140x190cm), chambre avec TV (lit 2 p. 140x200cm), sdb (baignoire + douche multijets + Wc). Mini balcon abrité privatif. Cour-terrasse en commun. Local vélos. Parking public gratuit aisé sur place. Supermarché 500m. Gare 1.5 km.

Pièces et équipements

<i>Bedrooms</i>	Bedroom(s): 1 Bed(s): 1	including bed(s) for 1 pers.: 1 including bed(s) for 2 pers.: 1
<i>Bathrooms / Shower room</i>	Private bathroom Bathroom (s) (with bath): 1	
<i>WC</i>	WC: 1 Separate WC	
<i>Kitchen</i>	Kitchenette Raclette Set Combined freezer	Fondue Set Microwave oven
<i>Other rooms</i>	Terrace	
<i>Media</i>	TV	Wifi
<i>Other equipment</i>	Shared washing machine Matériel de repassage sur demande	
<i>Heating / Air conditioning</i>		
<i>Well-being</i>	Sauna	
<i>Outside</i>	Shelter for bike Shared Yard	Barbecue Closed ground
<i>Various</i>	Massage & réflexologie	

Infos sur l'établissement



Common

Into house
Terraced house with owner

Shared entrance



Activities



Réseaux

Internet access



Stationnement

Parking nearby



Services



Outdoors

A savoir : conditions de la location

Arrival

Departure

Spoken language(s) English Spanish French

Cancellation/P repayment/Deposit

Accepted payment methods Payment cards Bank and post-office checks Cash
Paypal Virement bancaire

Cleaning

Sheets and Linen Bel linen and / or towels included

Children and extra beds Sur demande

Pets Pets are allowed.
1 petit animal admis

Tarifs (au 03/08/23)

Gite Arhomeplus-Hunic 2 - Autun

Tarif standard pour 2 personnes. Petit déjeuner non compris. Réduction de -5 euros pour 1 personne. Supplément de 5 euros pour 3 personnes et 10 euros pour 4 personnes. Tarif mois 30% du tarif semaine. 1 soin de 40 minutes offert, selon disponibilité, pour toute réservation de 7 nuits, du 1er juin au 30 septembre.

Tarifs en €:	Tarif 1 nuit en semaine (L, M, M, J, D)	Tarif 1 nuit en weekend (V ou S)	Tarif 2 nuits weekend (V+S)	Tarif 7 nuits semaine
du 11/07/2023 au 12/07/2024	75€		140€	450€



Gite Arhomeplus-Hunic 3



Apartment



2
personnes



0
chambre



29
m²



Nicole vous accueille dans une maison de ville du XIXe intégralement restaurée, nichée en bordure de ruelle peu passante au sein d'un paisible quartier résidentiel à deux pas du centre-ville (toutes commodités), du plan d'eau du Vallon (100 ha d'espace "sport nature" avec base nautique) & des riches équipements de loisirs que compte la ville (dont le golf). Adossée à la vaste forêt sauvage de Planoise (véritable "poumon vert" des contreforts sud du massif du Morvan, à parcourir à pied ou VTT lors d'apaisantes balades) au creux d'un magnifique cadre préservé de douce campagne vallonnée, cette cité doublement millénaire labellisée "Ville d'Art & d'Histoire" (née de la volonté de l'empereur romain Auguste), dispose d'un patrimoine unique : exceptionnels vestiges gallo-romains (Temple, portes, théâtre, Pyramide de Couhard....), médiévaux (cathédrale St-Lazare du XIIe, anciens remparts, tour des Ursulines, chapelle romane du XIe, hauts quartiers aux ruelles étroites et maisons à colombages...) & classiques (halles couvertes du XIXe, théâtre à l'italienne de 1884, lycée militaire du XVIIe...). Studio de bon confort. Chaleureux cachet contemporain. Ambiance douillette & cosy. Intimiste espace terrasse en gravier, doté d'un salon de jardin, sis au sein d'une cour close à l'arrière de la maison (en commun avec un autre gîte et les propriétaires). Composition : Maison comprenant le cabinet professionnel de la propriétaire et 3 gîtes. Buanderie en commun avec lave-linge. Wifi (fibre). Chauffage électrique. Studio de plain-pied en rdc : coin nuit en alcôve (lit 2 p. 140x190cm / + banquette 1 p. 100x190cm en appoint côté "espace salon"), salle d'eau (douche/WC). Cour-terrasse en commun. Local vélos. Parking public gratuit aisé sur place. Supermarché 500m. Gare 1.5 km.

Pièces et équipements

<i>Bedrooms</i>	Bedroom(s): 0 Bed(s): 1	including bed(s) for 1 pers.: 0 including bed(s) for 2 pers.: 1
<i>Bathrooms / Shower room</i>	Towels drier Shower room (s): 1	
<i>WC</i>	WC: 1 Separate WC	
<i>Kitchen</i>	Kitchenette Freezer Appareil à fondue et à raclette sur demande	
<i>Other rooms</i>		
<i>Media</i>	TV	Wifi
<i>Other equipment</i>	Shared washing machine Matériel de repassage sur demande	
<i>Heating / Air conditioning</i>		
<i>Outside</i>	Closed ground	
<i>Various</i>		

Infos sur l'établissement



Common

Separate entrance

Terraced house with owner



Activities



Réseaux

Internet access



Stationnement

Parking nearby



Services



Outdoors

A savoir : conditions de la location

<i>Arrival</i>	
<i>Departure</i>	
<i>Spoken language(s)</i>	English Spanish French
<i>Cancellation/P repayment/Deposit</i>	
<i>Accepted payment methods</i>	Payment cards Bank and post-office checks Holiday vouchers Paypal
<i>Cleaning</i>	
<i>Sheets and Linen</i>	Bel linen and / or towels included
<i>Children and extra beds</i>	
<i>Pets</i>	Pets are allowed.

Tarifs (au 03/08/23)

Gite Arhomeplus-Hunic 3

Tarif standard pour 2 personnes. Petit déjeuner non compris. Réduction de -5 euros 1 personne. Supplément de 5 euros pour 3 personnes. Tarif mois 30% du tarif semaine. 1 soin de 40 minutes offert, selon disponibilité, pour toute réservation de 7 nuits, du 1er juin au 30 septembre.

Tarifs en €:	Tarif 1 nuit en semaine (L, M, M, J, D)	Tarif 1 nuit en weekend (V ou S)	Tarif 2 nuits weekend (V+S)	Tarif 7 nuits semaine
du 11/07/2023 au 12/07/2024	60€		110€	350€



Arhomeplus Votre centre bien-être

-  RÉFLEXOLOGIE
-  MASSAGE BIEN-ETRE EDONIS
-  BOL D'AIR JACQUIER®
-  MYCOTHÉRAPIE



NICOLE BARBIER, PRATICIENNE EN MASSAGE BIEN-ÊTRE & REFLEXOLOGUE

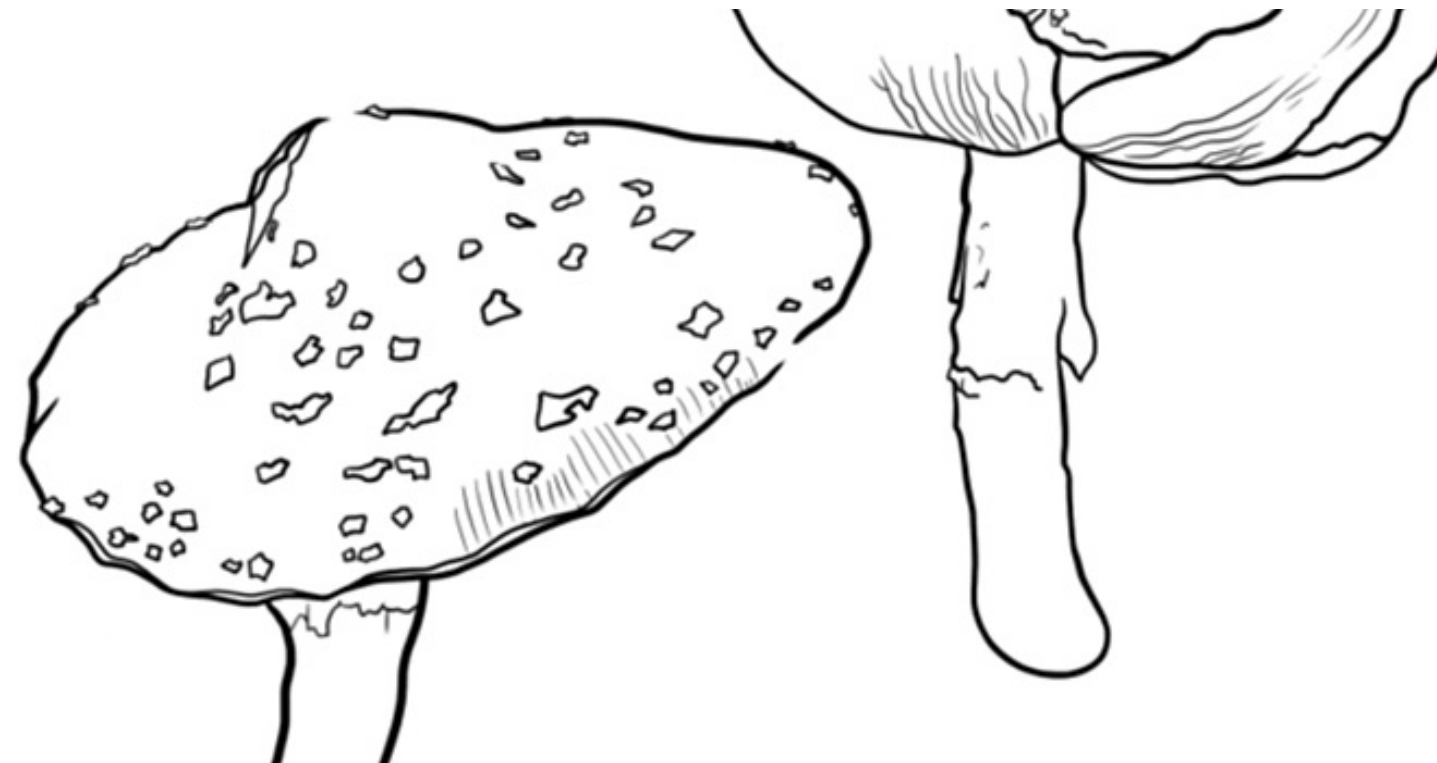
Je suis Nicole Barbier, réflexologue et praticienne en massage bien-être Edonis. J'exerce depuis plusieurs années dans le domaine des soins de santé et du bien-être, et je travaille avec des clients de tout âge, de toute condition physique et en tout lieu (cabinet, clinique, à domicile).

En tant que réflexologue, j'utilise des techniques de massage des pieds, des mains et des oreilles pour aider à stimuler les zones réflexes du corps et à favoriser l'équilibre et la détente. En tant que praticienne en massage bien-être Edonis, j'utilise des mouvements lents et profonds, des pressions légères et des étirements pour aider à libérer les tensions musculaires et à améliorer la circulation sanguine et lymphatique.

Mon approche est axée sur le client, et je m'efforce de créer un environnement de soins confortable et détendu avec beaucoup de bienveillance pour chaque personne que je traite. Je sais écouter attentivement les besoins et les préférences de chaque client pour ainsi, adapter mes techniques en conséquence.

Je suis passionnée par mon travail et je crois que le bien-être physique et mental est essentiel pour une vie saine et équilibrée. Constamment à la recherche de moyens pour améliorer mes compétences, afin d'offrir à mes clients les meilleurs soins possibles, pour appuyer mes connaissances, j'ai effectué un stage de 3 mois en Chine.

Je serais ravie de vous aider à atteindre vos objectifs de bien-être et de santé, et je suis disponible pour répondre à toutes vos questions. N'hésitez pas à me contacter pour prendre rendez-vous ou pour en savoir plus sur mes services.





© 2010 Pearson Education, Inc. All rights reserved.



RÉFLEXOLOGIE

LA RÉFLEXOLOGIE... EN QUELQUES MOTS

La réflexologie est une technique à la fois préventive et curative .

Elle sert à harmoniser les fonctions vitales du corps par l'élimination des toxines, elle améliore la qualité du sommeil, gère le stress, la nervosité, atténue les douleurs.

Cette pratique naturelle active le processus d'autoguérison de l'organisme.

Elle s'appuie sur le fait que les parties du corps tels que les mains , les pieds , le visage et les oreilles sont des représentations du corps humain. Elles sont constituées de zones réflexes qui correspondent aux glandes, organes et autres parties de l'anatomie.

Les pressions manuelles sur chacune de ces zones permettent d'agir considérablement sur les flux énergétiques ainsi que sur l'équilibre du corps dans le but d'apaiser, de prévenir et de traiter les différents troubles voire de favoriser l'autoguérison.







MASSAGE BIEN-ETRE EDONIS

QU'EST-CE QUE LE MASSAGE EDONIS ?

Le massage Edonis est un massage multi-techniques (ayurvédique, chinois, balinais, coréen et californien) basé sur le savoir faire ancestral de la médecine traditionnelle chinoise.

Par un toucher appelé "épïcrite" ce massage stimule le corps et régule le système énergétique. Combiné aux huiles essentielles, ce processus accélère le soin et agit instantanément sur le physique et le psychique.

Pour conserver la forme et la santé, pour lutter contre la fatigue nerveuse, le burn-out, pour favoriser la mémoire (Alzheimer), pour tout type de problèmes (Arthrose, Parkinson) je vous invite à essayer une séance de massage Edonis aux huiles essentielles en accompagnement du Bol d'Air Jacquier.







BOL D'AIR JACQUIER®

QUESTIONS FRÉQUENTES SUR LE BOL D'AIR JACQUIER®

Toutes les réponses à vos questions

POUR QUELS MAUX EST RECOMMANDÉ LE BOL D'AIR JACQUIER® ?

Fatigue, mal-être... Les premiers effets du manque d'oxygénation cellulaire se ressentent au niveau de notre humeur, de notre capacité d'attention ou de mémorisation et de notre vitalité. Arrivent ensuite un affaiblissement général et la perte de nos capacités de défenses naturelles.

Pollution, stress et vieillissement entraînent l'hypoxie - le manque d'oxygène de la cellule.

Quand l'hypoxie s'installe, il devient indispensable de créer les conditions d'une meilleure oxygénation cellulaire.

Le plus efficace sera de bien utiliser l'oxygène que nous respirons, de l'assimiler correctement, de le rendre bio disponible, sans créer d'hyper oxygénation.

COMMENT FONCTIONNE LE BOL D'AIR JACQUIER® ?

Le Bol d'air Jacquier® transforme les pinènes issus de la résine de pin des Landes (Orésine®) en super transporteurs d'oxygène. Une méthode ingénieuse pour capter en quelques minutes, au quotidien ou par cures répétées, la force des forêts de pins.

Une brève inhalation via le Bol d'air® initie un processus de régénération, protège de la sous oxygénation pendant plusieurs heures et augmente nos capacités de défenses anti-radicalaires (ne pas confondre avec un produit anti radicalaire, qui supprime aussi les radicaux libres indispensables).

Cette méthode unique et puissante, développée par le Laboratoire Holiste, améliorant l'oxygénation tissulaire de façon simple, peu contraignante, sans hyper oxygénation et sans risques radicalaires, est un formidable potentiel d'avenir serein.







MYCOTHÉRAPIE

QU'EST-CE QUE LA MYCOTHÉRAPIE ?

La mycothérapie est une thérapie naturelle avec des champignons médicinaux. Les champignons contiennent des protéines, des calories, des vitamines. Ils ajustent les déséquilibres du corps et soulagent les symptômes tout en stimulant le système immunitaire.

La mycothérapie est très utilisée en médecine traditionnelle chinoise. C'est un vrai complément alimentaire. Elle s'utilise en prévention de certaines maladies et apporte du bien-être à l'organisme. Les champignons médicinaux ont une composition naturelle équilibrée et sont riches en substances vitales, telles que les acides aminés essentiels, les minéraux, les vitamines et les oligo-éléments. Ils ont aussi un rôle de régulateurs, détoxifiants, relaxants et s'associent parfaitement à l'aromathérapie.

La mycothérapie ne se substitue en aucun cas à un traitement médical. C'est un complément idéal aux soins traditionnels.





Mes recommandations

Toutes les Activités

Découvrir le Grand Autunois Morvan

OFFICE DE TOURISME DU GRAND AUTUNOIS MORVAN

WWW.AUTUN-TOURISME.COM



Le Petit Creux

☎ 03 85 52 55 90

Galerie commerciale Centre
Commercial Porte Saint-André

0.4 km
📍 AUTUN



Restauration rapide



La Tosca

☎ 03 85 52 27 72

13, route de Beaune

0.6 km
📍 AUTUN



Restaurant



Espace Sport Nature - Base de Loisirs Marcel Lucotte

☎ 03 85 52 47 09

2, route de Chalon-sur-Saône

🌐 <https://www.autun.com/sortez-bougez/le>

0.8 km
📍 AUTUN



Location de VTC adulte, VTT adulte, vélo électrique, casque adulte. Vous pouvez également disposer de planche à voile, wing sup, canoë, paddle, dériveur, kayak mono place, pédalo 4 places.



Plan d'eau du vallon

Rue de la Maladière

🌐 <http://uniongauleautunoise.fr/>

1.0 km
📍 AUTUN



Seule la rive droite est autorisée à la pêche à deux cannes maximum, une réglementation qui permet de ne prélever que deux carnassiers par jour. Les sandres y sont présents et la pêche au posé est reine. Les carpistes y trouveront de « belles mémères » qui mordent à la bouillette et même à la graine. Toutes les carpes de plus de 5 kg doivent être remises à l'eau.



Circuit VTT-FFC 2

0.8 km
📍



Voyagez sur les hauteurs d'Autun la romaine et profitez de la fraîcheur des forêts du Morvan. Un circuit avec une difficulté moyenne entre montagne et plan d'eau. Une altitude maximum de 603 m et minimum de 306 m.

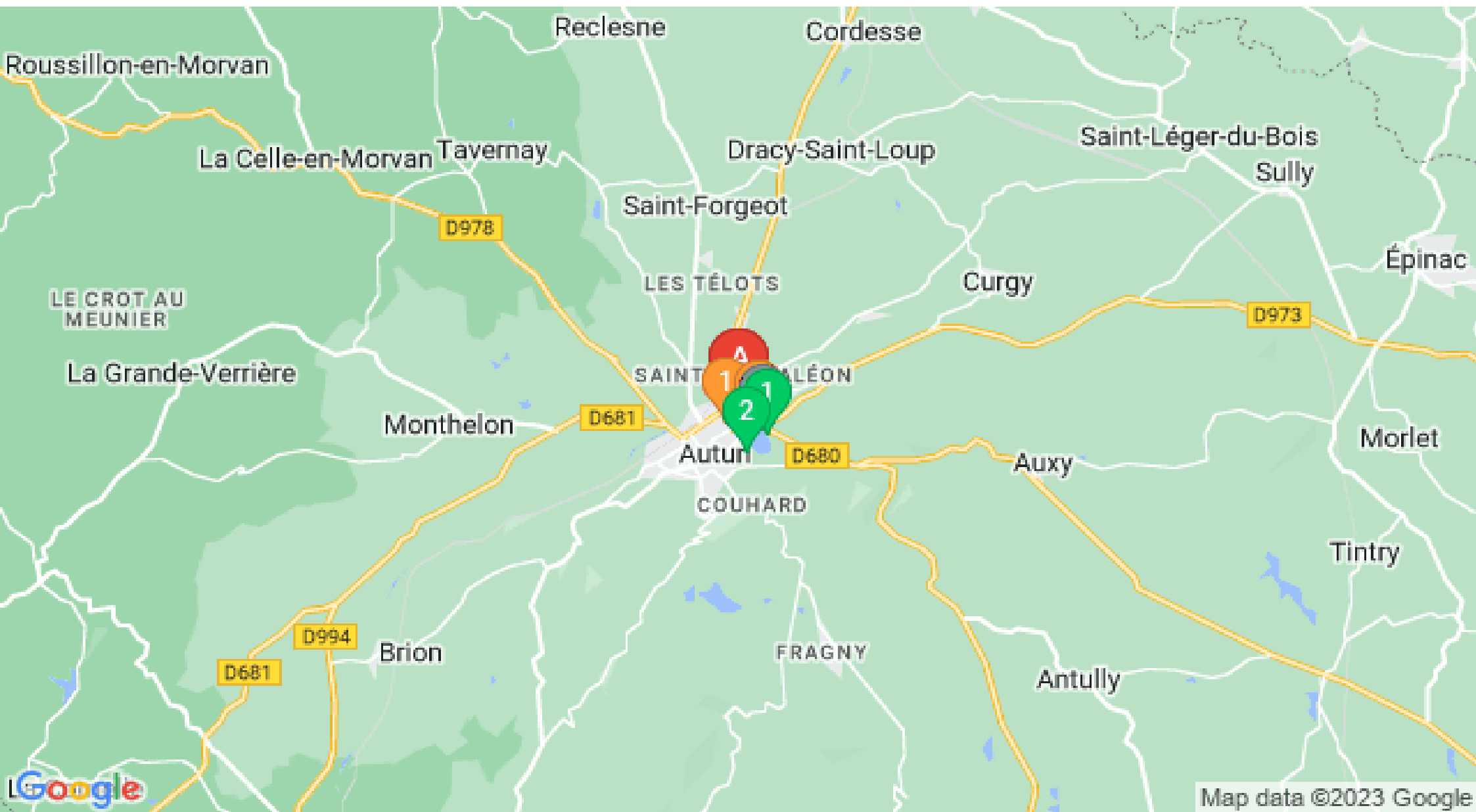


Mes recommandations (suite)

Toutes les Activités

Découvrir le Grand Autunois Morvan

OFFICE DE TOURISME DU GRAND AUTUNOIS MORVAN
WWW.AUTUN-TOURISME.COM



: Restaurants : Activités et Loisirs : Nature : Culturel : Dégustations