

GITES ET BIEN-ÊTRE - ARHOMEPLUS-HUNIC - AUTUN

LES SÉJOURS EDONIS AUTUN

🧘‍♀️ Respirez ! vous êtes arrivé(e)

https://arhomeplus-hunic.fr

https://www.nicole-barbier.fr



Nicole Barbier

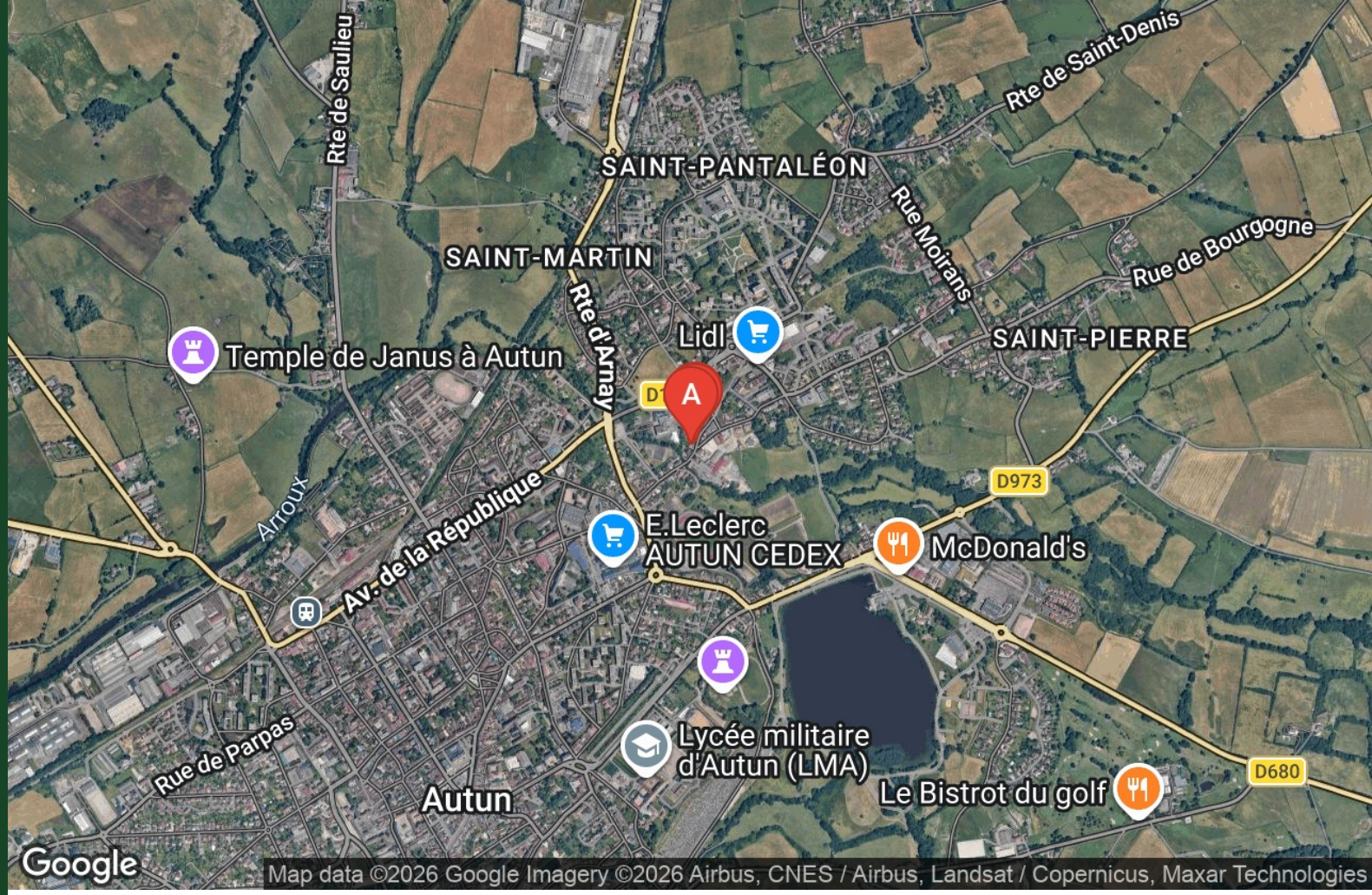
06 37 52 41 30

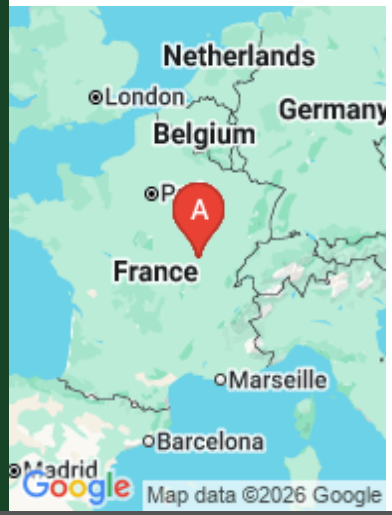
A **Gite Arhomeplus - Le Refuge d'Autun** : 1 Rue du Bourg 71400 AUTUN

B **Gite Arhomeplus - L'Escapade d'Autun** : 1 Rue du Bourg 71400 AUTUN

C **Gîte Arhomeplus - Le Cocon d'Autun** : 1 Rue du Bourg 71400 AUTUN

D **Arhomeplus Votre centre bien-être** : 1, rue du Bourg, 71400 Autun











Gite Arhomeplus - Le Refuge d'Autun

Appartement	8 personnes	3 chambres	110 m2

Je vous accueille dans une maison de ville du XIXe siècle, entièrement restaurée, située dans un quartier résidentiel paisible à proximité du centre-ville et du plan d'eau du Vallon (100 ha de sports nautiques et de loisirs). Adossée à la forêt de Planoise, idéale pour des balades à pied ou en VTT, cette ville millénaire, labellisée "Ville d'Art & d'Histoire", offre un patrimoine unique : vestiges gallo-romains, médiévaux et classiques.

Le gîte est spacieux et lumineux, avec une grande pièce de vie, un équipement complet (piano, écran de projection, DVDthèque) et une décoration chaleureuse mélangeant esprit "campagne chic" et touches "ethniques". Il comprend :

Séjour-cuisine-salon
3 chambres dont 1 communicante (2 lits 160x200 cm et 1 140x200)
Espace détente "piano-bar" (canapé convertible 140x190 cm)
Salle d'eau (douche)
WC indépendant
Balcon-terrasse privatif
Équipements supplémentaires : buanderie commune, local vélos, Wi-Fi (fibre), chauffage PAC.
Parking public gratuit à proximité, supermarché à 500 m, gare à 1,5 km.





















Pièces et équipements

Chambres	Chambre(s): 3 Lit(s): 3	dont lit(s) 1 pers.: 2 dont lit(s) 2 pers.: 3
Salle de bains / Salle d'eau	Salle de bains avec douche Salle(s) d'eau (avec douche): 1	
WC	WC: 1 WC indépendants	
Cuisine	Cuisine américaine Combiné congélation Four Lave vaisselle	 Congélateur Four à micro ondes Réfrigérateur
Autres pièces	Salon Terrasse	Séjour
Media	Câble / satellite Wifi	Télévision
Autres équipements	Lave linge privatif	Matériel de repassage
Chauffage / AC	Chauffage	
Exterieur	Barbecue Salon de jardin	Cour commune
Divers		

Infos sur l'établissement

Communs	Dans maison	Entrée indépendante
Activités		
Réseaux	Accès Internet	
Stationnement	Parking à proximité	
Services	Nettoyage / ménage Baby sitting	
Extérieurs		

A savoir : conditions de la location

Arrivée	Arrivée : à partir de 16h00 Départ : avant 11h00. Toute demande d'arrivée ou de départ en dehors de ces horaires doit être validée au préalable. Le logement est réservé exclusivement au nombre de personnes indiqué lors de la réservation. Les voyageurs s'engagent à utiliser le logement de manière paisible et à respecter le voisinage. Les fêtes, nuisances sonores et comportements inappropriés sont interdits. Hébergement non-fumeur; Il est possible de fumer uniquement dans les espaces extérieurs prévus à cet effet. Les animaux sont admis uniquement après accord préalable du propriétaire. Merci de restituer le logement dans un état correct de propreté. Le locataire est responsable des dommages causés pendant son séjour. Toute dégradation ou perte d'équipement pourra être facturée. Un dépôt de garantie est demandé à l'arrivée. Il sera restitué après vérification de l'état du logement. Pour toute question ou besoin pendant votre séjour, contactez Arhomeplus.
Départ	
Langue(s) parlée(s)	Espagnol Français
Annulation/ Prépaiement/ Dépot de garantie	
Moyens de paiement	Chèques bancaires et postaux Chèques Vacances Espèces Paypal Virement bancaire
Ménage	
Draps et Linge de maison	Draps et/ou linge compris
Enfants et lits d'appoints	
Animaux	Les animaux sont admis.

Tarifs & disponibilités

Gite Arhomeplus - Le Refuge d'Autun

Nos tarifs et nos disponibilités sont actualisés sur notre site :
https://arhomeplus-hunic.fr








Gite Arhomeplus - L'Escapade d'Autun

Appartement	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 ntimiste 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

Chambres	Chambre(s): 1 Lit(s): 1	dont lit(s) 1 pers.: 1 dont lit(s) 2 pers.: 1
Salle de bains / Salle d'eau	Salle de bains privée Salle(s) de bains (avec baignoire): 1	
WC	WC: 1 WC indépendants	
Cuisine	Kitchenette Appareil à raclette Combiné congélation	Appareil à fondue Four à micro ondes
Autres pièces	Terrasse	
Media	Télévision	Wifi
Autres équipements	Lave linge collectif Matériel de repassage sur demande	
Chauffage / AC		
Bien être	Sauna	
Exterieur	Abri pour vélo ou VTT Cour commune	Barbecue Terrain clos
Divers	Massage & réflexologie	

Infos sur l'établissement

Communs	Dans maison Mitoyen propriétaire	Entrée commune
Activités		
Réseaux	Accès Internet	
Stationnement	Parking à proximité	
Services		
Extérieurs		

A savoir : conditions de la location

Arrivée	16:00
Départ	Avant 11:00
Langue(s) parlée(s)	Espagnol Français
Annulation/ Prépaiement/ Dépot de garantie	
Moyens de paiement	Cartes de paiement Chèques bancaires et postaux Espèces Paypal Virement bancaire
Ménage	
Draps et Linge de maison	Draps et/ou linge compris
Enfants et lits d'appoints	Sur demande
Animaux domestiques	Les animaux sont admis. 1 petit animal admis

Tarifs & disponibilités

Gite Arhomeplus - L'Escapade d'Autun

Nos tarifs et nos disponibilités sont actualisés sur notre site :
https://arhomeplus-hunic.fr





Gîte Arhomeplus - Le Cocon d'Autun

Appartement	2 personnes (Maxi: 3 pers.)	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

Chambres	Chambre(s): 0	
	Lit(s): 1	dont lit(s) 1 pers.: 1
		dont lit(s) 2 pers.: 1
Salle de bains / Salle d'eau	Salle de bains avec baignoire	Salle de bains privée
	Sèche cheveux	
	Salle(s) de bains (avec baignoire): 1	
WC	WC: 1	
	WC indépendants	
Cuisine	Cuisine américaine	Appareil à fondue
	Appareil à raclette	
	Four	Four à micro ondes
	Lave vaisselle	Réfrigérateur
	Appareil à fondue et à raclette sur demande	
Autres pièces	Séjour	Terrasse
Media	Câble / satellite	Télévision
	Wifi	
Autres équipements	Lave linge privatif	Matériel de repassage
	Matériel de repassage sur demande	
Chauffage / AC	Chauffage	Poêle à bois
Exterieur	Abri pour vélo ou VTT	Barbecue
	Cour commune	Jardin
	Salon de jardin	Terrain clos
	Terrain clos commun	
Divers		

Infos sur l'établissement

Communs	A proximité propriétaire	Dans maison
	Entrée indépendante	Entrée commune
	Jardin commun	Mitoyen propriétaire
Activités		
Réseaux	Accès Internet	
Stationnement	Parking à proximité	
Services		
Extérieurs	Table de ping pong	

A savoir : conditions de la location

Arrivée	16:00
Départ	Avant 11:00
Langue(s) parlée(s)	Espagnol Français
Annulation/ Prépaiement/ Dépot de garantie	300€
Moyens de paiement	Cartes de paiement Chèques bancaires et postaux Chèques Vacances Espèces Paypal Virement bancaire
Ménage	
Draps et Linge de maison	Draps et/ou linge compris
Enfants et lits d'appoints	Lit bébé Sur demande
Animaux domestiques	Les animaux sont admis.

Tarifs & disponibilités

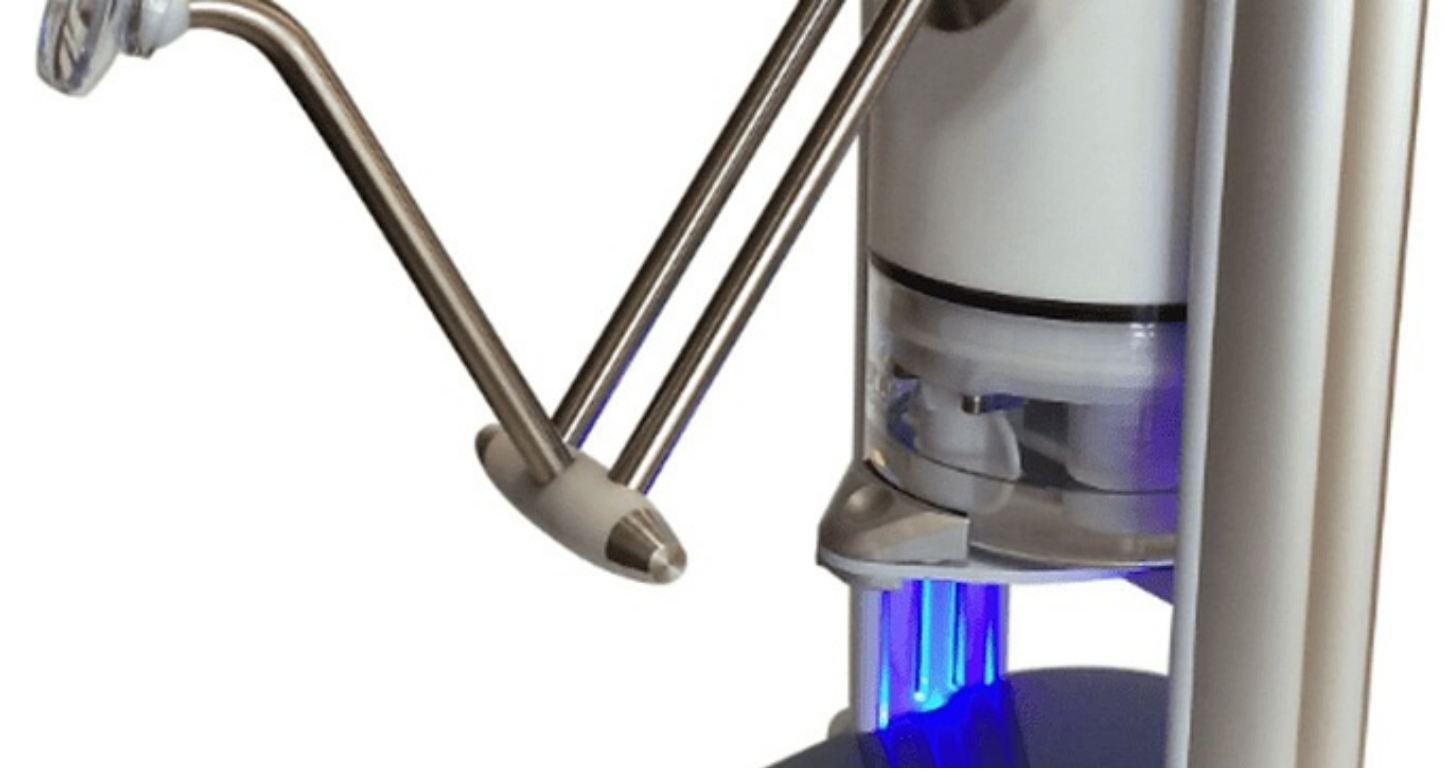
Gîte Arhomeplus - Le Cocon d'Autun

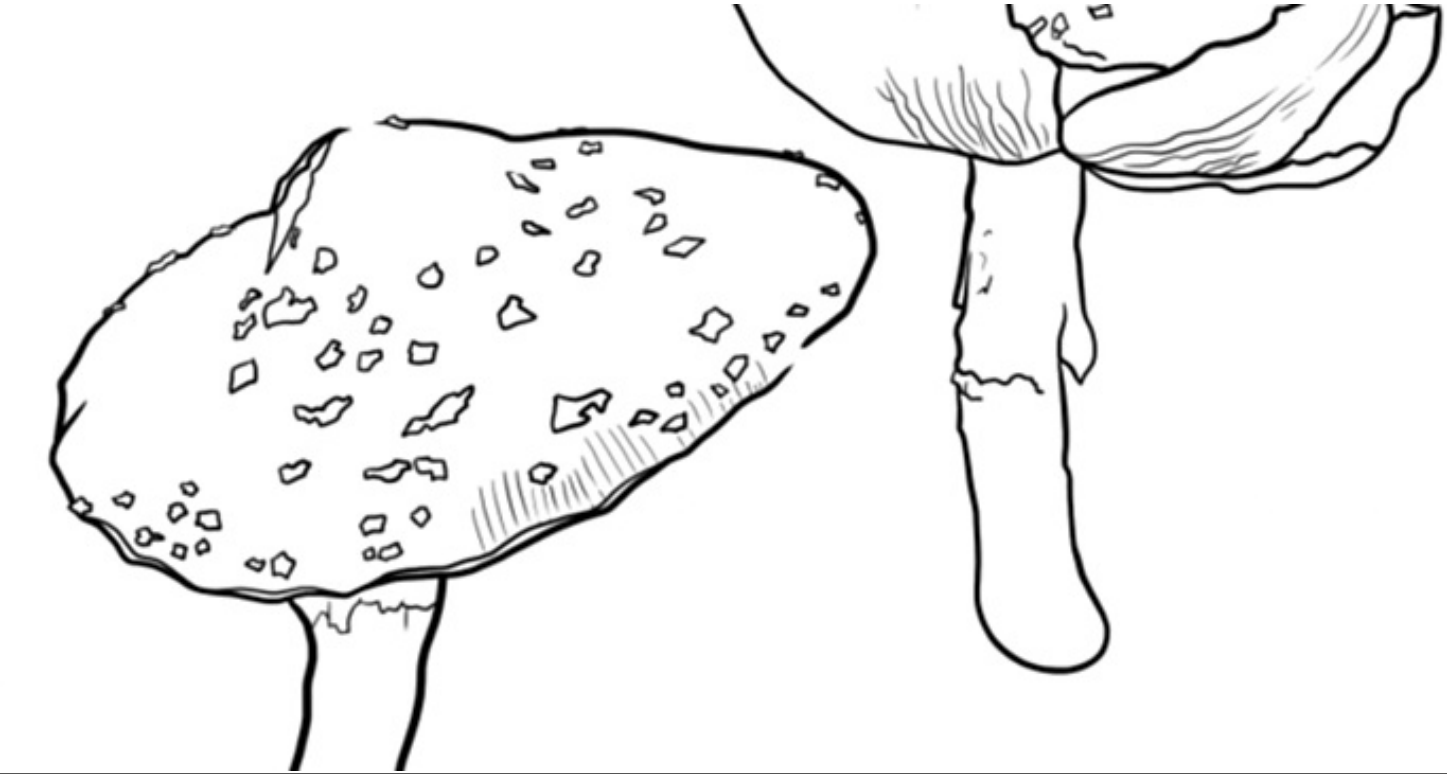
Nos tarifs et nos disponibilités sont actualisés sur notre site :
https://arhomeplus-hunic.fr



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, praticienne en bien-être et fondatrice d'Arhomeplus, créé en 2019. Après une reconversion professionnelle, j'ai choisi de m'orienter vers une activité centrée sur l'accompagnement de la personne, l'écoute et la recherche d'un mieux-être durable.

Attirée par les approches holistiques, je me suis spécialisée en réflexologie plantaire et en massage bien-être Édonis. Ces soins ont pour objectif d'aider à réduire le stress, apaiser les tensions et favoriser la détente du corps et de l'esprit.

Mon approche s'inspire des principes de la médecine traditionnelle chinoise. Dans le cadre de mon parcours, j'ai eu l'opportunité de réaliser un stage au Zhongfang Red Cross International Hospital en Chine, une expérience qui a enrichi ma compréhension des approches traditionnelles du bien-être.

Je vous accueille à Autun, en cabinet ou à domicile, avec une approche fondée sur l'écoute, le respect et la personnalisation des soins. J'accompagne les adultes, les sportifs ainsi que les personnes à mobilité réduite.

Soucieuse de proposer un accompagnement de qualité, je poursuis régulièrement des formations afin d'enrichir mes compétences et d'offrir des soins adaptés aux besoins de chacun.

À travers Arhomeplus, mon objectif est de créer un espace de détente et de ressourcement où chacun peut prendre le temps de se reconnecter à soi et de retrouver un meilleur équilibre.

A PROPOS

N'HESITEZ PAS À JETER UN COUP D'OEIL SUR NOS PACKS GÎTES ET BIEN-ETRE

Je ne vous en dis pas plus....

Je vous laisse découvrir

Bien à vous







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.















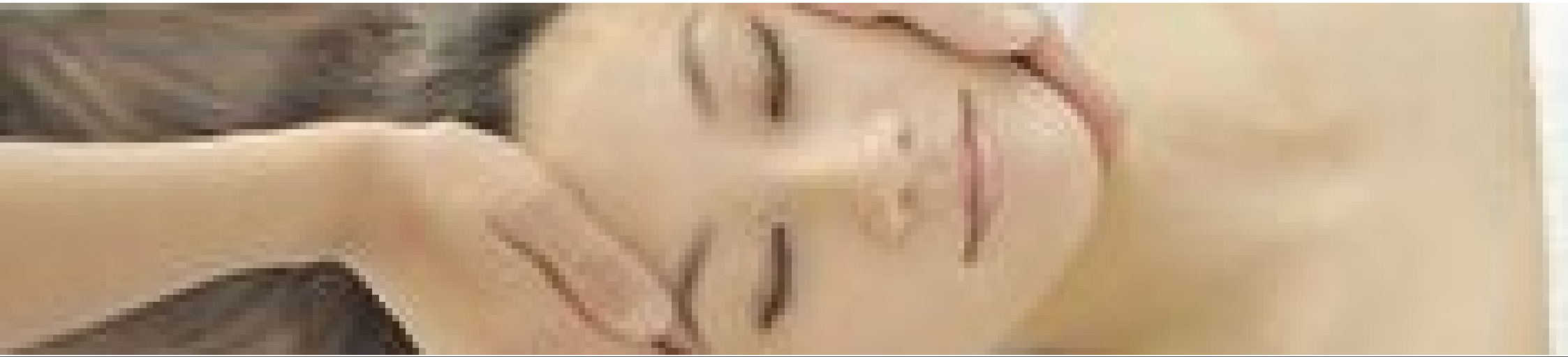
MASSAGE BIEN-ETRE EDONIS

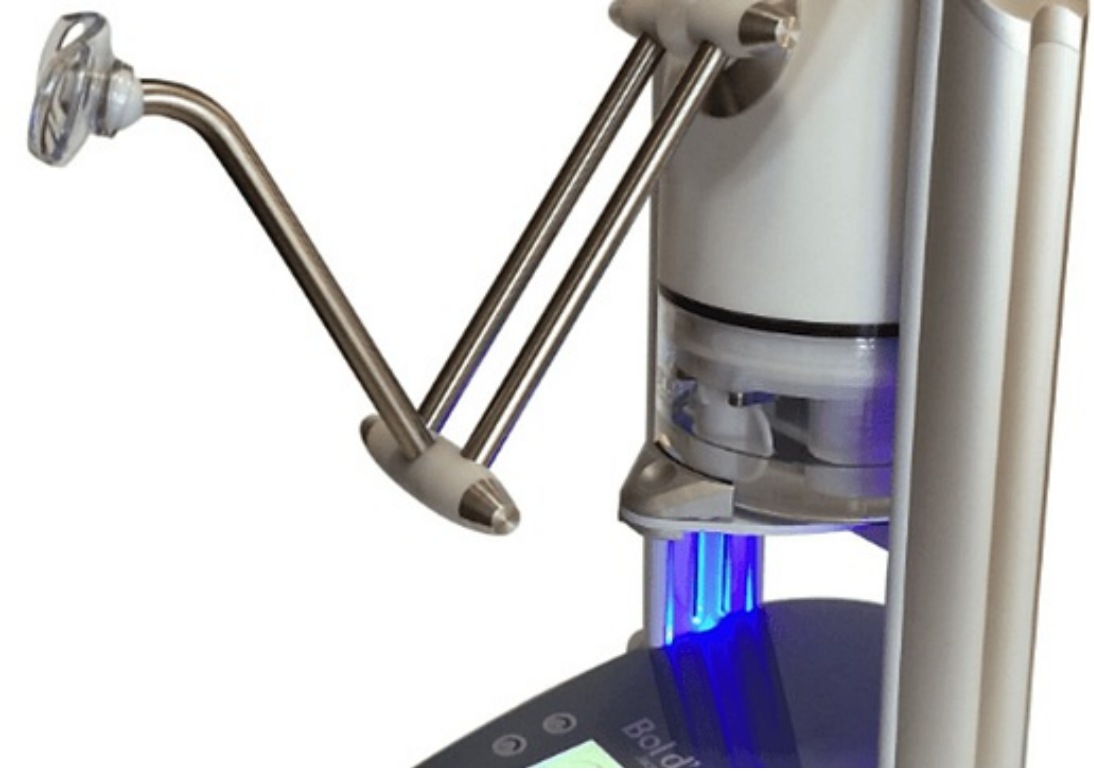
QU'EST-CE QUE LE MASSAGE EDONIS ?

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 "épicritique" ce massage stimule le corps et régule le systéme 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®

Le Bol d’air Jacquier®, une oxygénation sans risque radicalaire, en accord avec la nature.
Une attitude responsable pour prendre en main notre état général et préserver notre vitalité.
Avec le Bol d’air Jacquier®, respirons la santé !
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.
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.
Tout le monde, à tout âge, peut bénéficier des bienfaits du Bol d’air Jacquier® ! Son utilisation traditionnelle est aujourd’hui soutenue par de nombreux travaux scientifiques modernes et plus de 60 ans d’expérience.
Le Bol d'air Jacquier® ne génère pas d’oxygène, n’est ni un diffuseur d’huiles essentielles ni un ioniseur d’air.





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 oligos-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
1

Restauration rapide dans la galerie commerciale du Leclerc.



La Tosca

03 85 52 27 72
13, route de Beaune
https://www.la-tosca-autun.fr/

0.6 km
AUTUN
2

La Tosca : restaurant - pizzeria à Autun



Espace Sport Nature - Base de Loisirs Marcel Lucotte

03 85 52 47 09#03 85 86 01 49
2, route de Chalon-sur-Saône
https://www.autun.com/sortez-bougez/le

0.8 km
AUTUN
1

A l'Espace Sport Nature d'Autun, de nombreuses activités encadrées vous attendent pour passer un moment inoubliable en famille ou entre amis. Venez tester le stand-up paddle, une activité ludique et accessible à tous. L'ESN propose également une large gamme de locations pour satisfaire toutes vos envies de découvertes : VTC adultes, VTT adultes, vélos électriques, ainsi que des casques pour adultes. Vous pourrez également profiter d'un équipement varié comprenant des planches à voile, des wings sup, des canoës, des paddles, des dériveurs, des kayaks monoplace, et des pédalos 4 places, pour des sorties en groupe ou en toute autonomie. Venez profiter de ces activités diversifiées et vivre des moments de convivialité au cœur de la nature ! Pas besoin de réservation, venez sur place directement !



Plan d'eau du vallon

Rue de la Maladière
http://uniongauleautunoise.fr/

1.0 km
AUTUN
2

Depuis peu, la rive gauche est désormais autorisée à la pêche, en plus de la rive droite. Un maximum de trois cannes est permis par pêcheur. Toutefois, il est important de bien respecter le règlement affiché à l'entrée du site. De plus, la pêche de nuit est autorisée, offrant ainsi plus de possibilités aux passionnés.



Circuit VTT-FFC 2

0.8 km
1

Voyagez sur les hauteurs d'Autun la romaine et profitez de la fraicheur 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.

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

Mes recommandations (suite)

Toutes les Activités | Découvrir le Grand Autunois Morvan

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

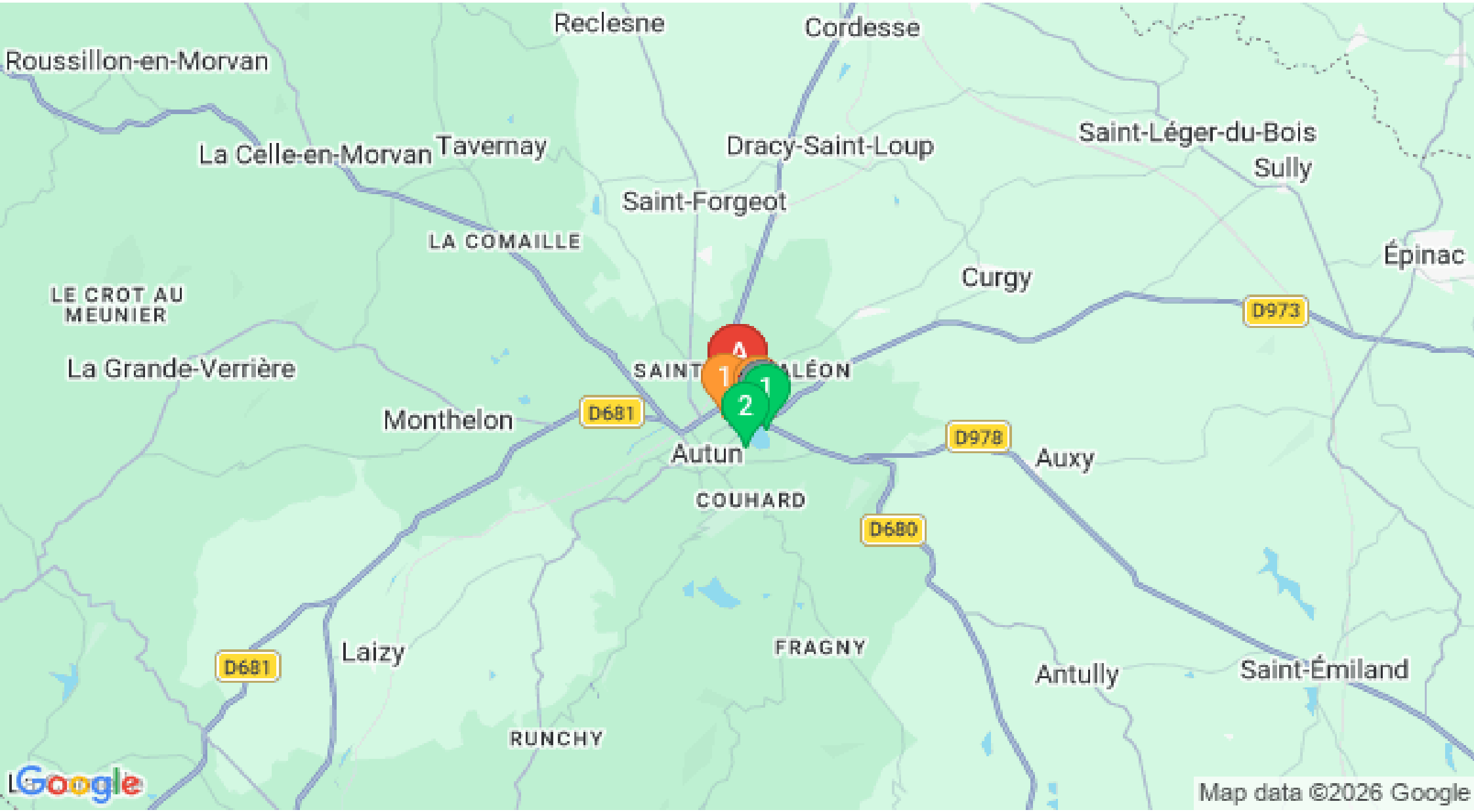


: Restaurants : Activités et Loisirs : Nature : Culturel : Dégustations

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