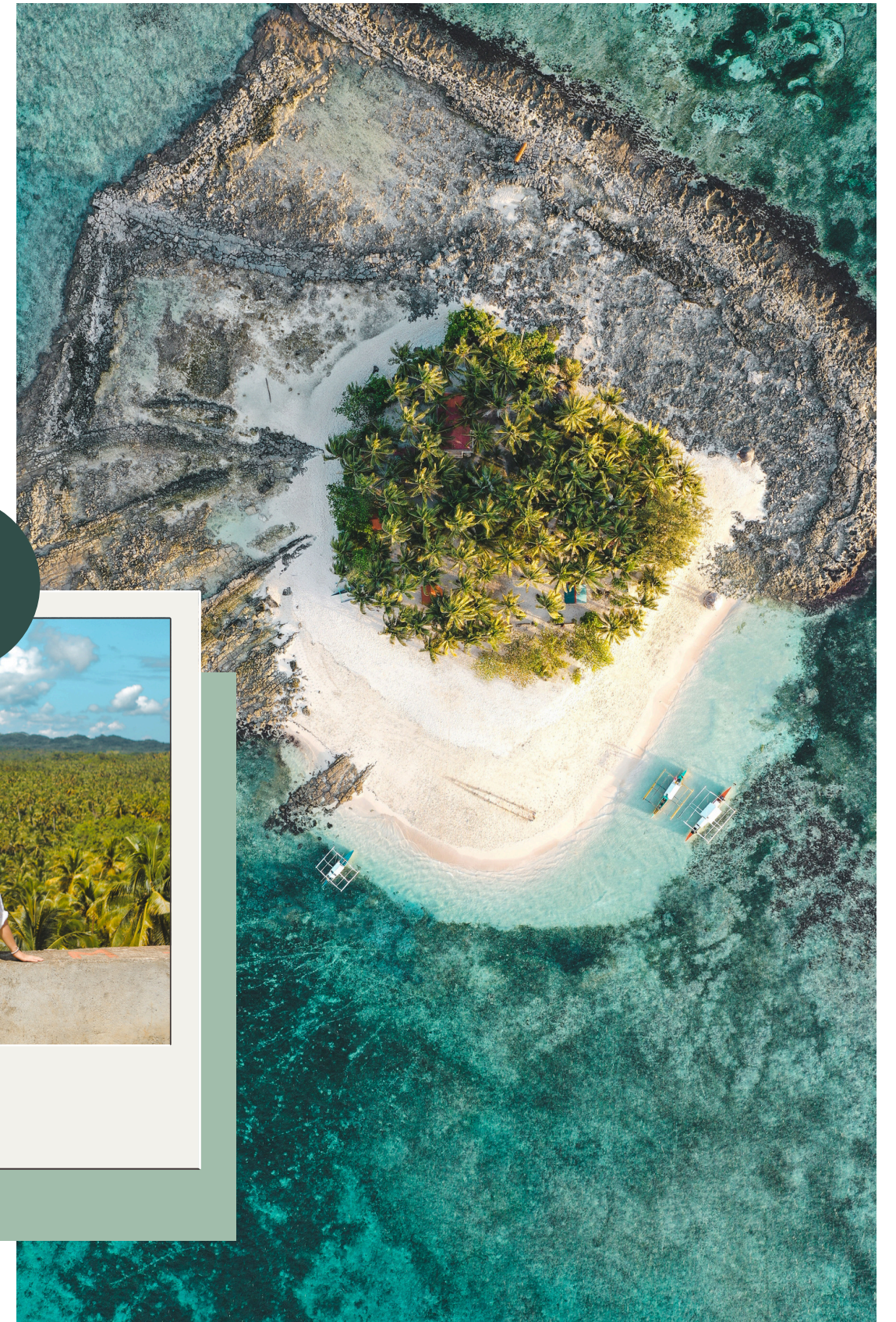
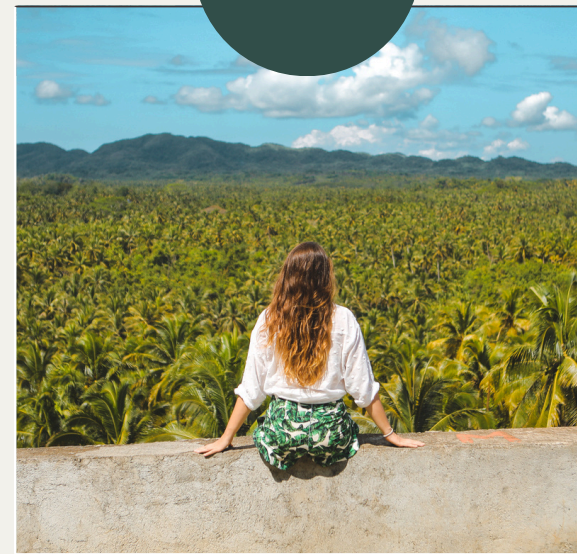
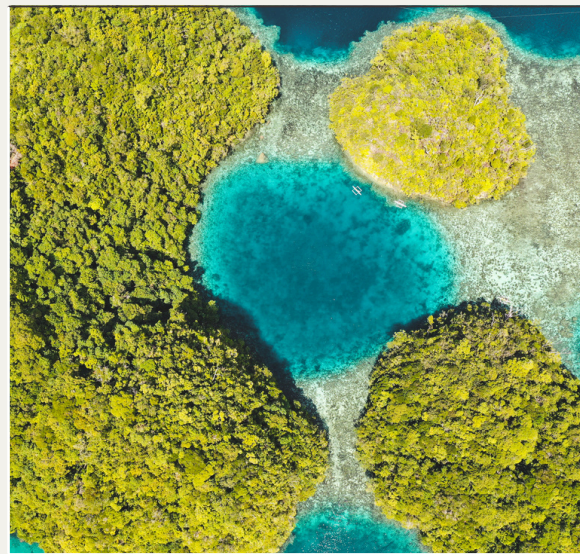
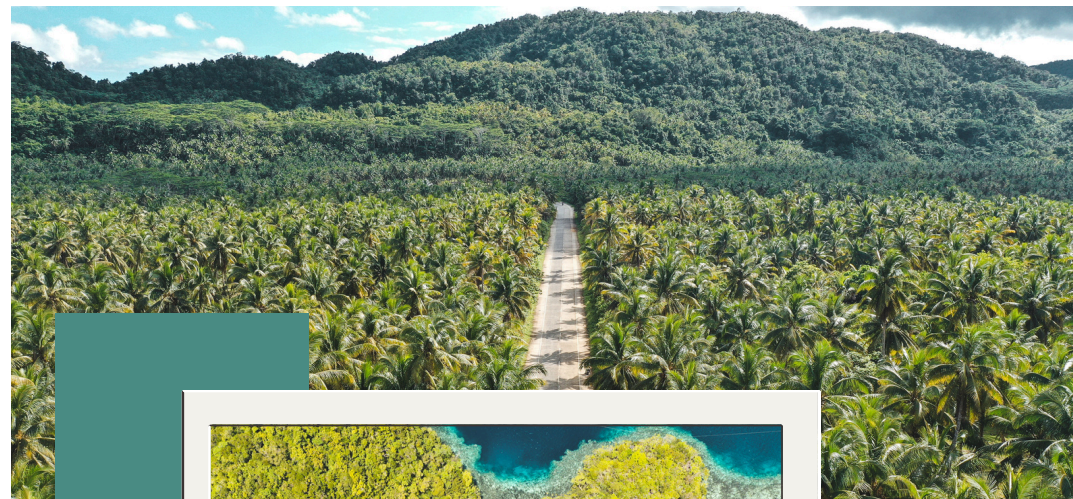


Stage Photo & Crossfit

19 - 26 Avril 2026 - Siargao

@Onmetlesvoiles



19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Photo & Crossfit

Bizarre mais pourquoi pas ?

Côté photo, l'idée :

Se retrouver en petit groupe sur une île incroyable des Philippines : **Siargao**.

Profiter de sa lumière remarquable et de ses paysages grandioses pour y apprendre la photo à travers un atelier par jour :

- Participer à des ateliers photo théoriques et pratiques pour **réussir à faire toutes les photos que l'on imagine**
- Développer sa créativité dans un décor inspirant
- Participer à des sessions photo tous ensemble.

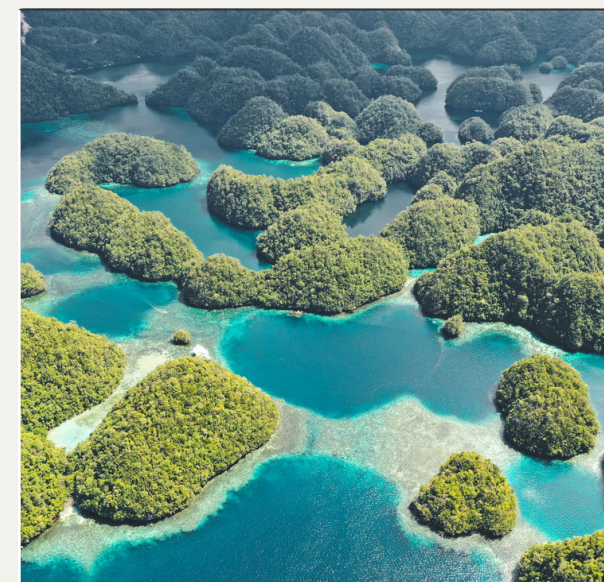
@Onmetlesvoiles

Côté sport, l'idée :

Les séances sont **accessibles à tous les niveaux**, débutants, intermédiaires et confirmés : renfo, cardio, mouvements simples et progressifs, avec un coaching clair et bienveillant. L'objectif est de prendre confiance, bouger efficacement et passer un bon moment.

Initiation au bain froid

Une découverte guidée et sécurisée : respiration, gestion du stress, bienfaits du froid et petite mise en pratique. Une expérience intense mais accessible à tous.



Avec qui ?

19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Adeline

Photographe, vidéaste, créatrice de contenus, voyageuse et surtout grande adepte de bonne humeur en toutes circonstances.

Sur le CV, des expériences multiples dans le domaine de la photo depuis bientôt 15 ans.

Après 3 ans dans un studio photo (portraits, séances famille, bébé, mariages, etc.), Adeline s'est aussi spécialisée dans la photo de presse pendant 8 ans.

Depuis 10 ans, c'est sur Instagram et sur son blog qu'elle partage ses clichés de voyage.



Avec qui ?

19 - 26 Avril 2026 - Siargao

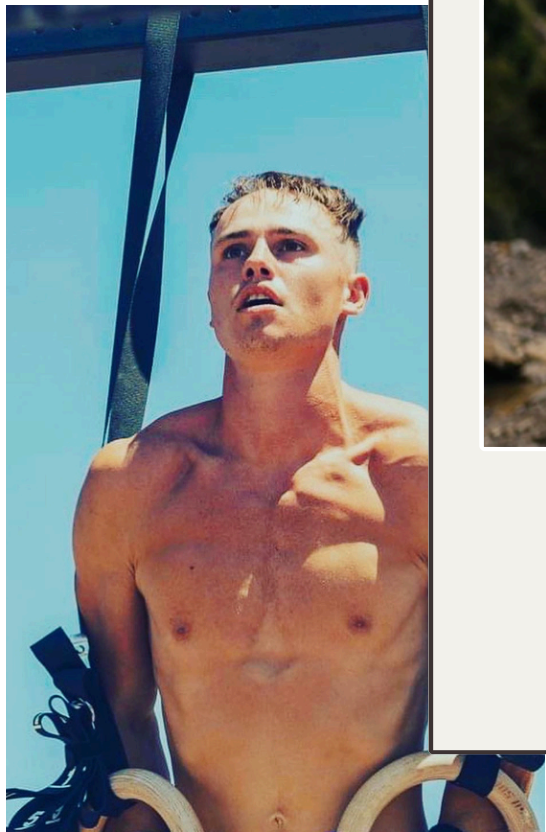
Mathieu

Passionné de sport depuis l'adolescence, il a commencé par le kung-fu avant de découvrir le CrossFit pendant ses études à Aix en Provence.

Owner de CrossFit Sainte-Maxime et organisateur des Valmeinier Throwdown, il est connu pour son calme, sa pédagogie et sa bienveillance.

Il aime montrer que chacun est plus fort qu'il ne le pense, débutant comme confirmé.

Simple, sympa et qualifié, il accompagne ce stage avec l'envie de partager une expérience sportive authentique...



19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Où ?

SIARGAO

L'île de Siargao, aux Philippines, est célèbre pour ses lagons turquoise, ses piscines naturelles et ses longues plages bordées de palmiers. C'est un paradis pour les surfeurs grâce à la vague légendaire de Cloud 9. L'île n'est pas grande et peut facilement se visiter en scooter. L'ambiance y est détendue et sauvage, idéale pour ceux qui cherchent nature, aventure et tranquillité.



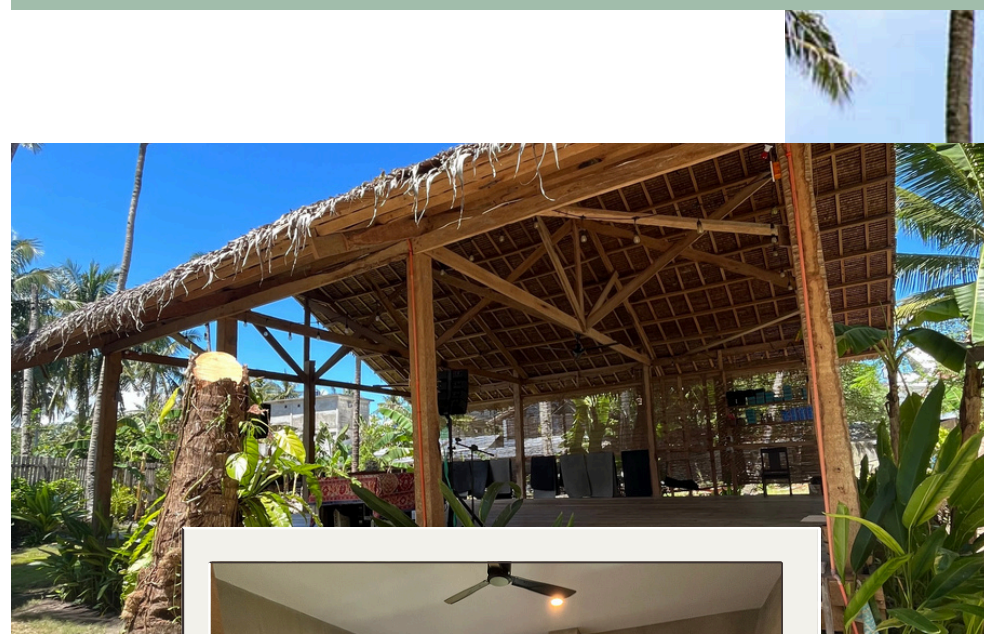
@Onmetlesvoiles



Où ? Le Buddha Resort

19 - 26 Avril 2026 - Siargao

@Onmetlesvoiles



Dans la ville de **General Luna**, à côté de la plage, et à 10min à pied du Crossfit

19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Le programme

Photo & Crossfit

Jour 1 - Le 19 Avril : Arrivée à Siargao par vos propres moyens. Installation à l'hôtel à partir de 16h et dîner tous ensemble.

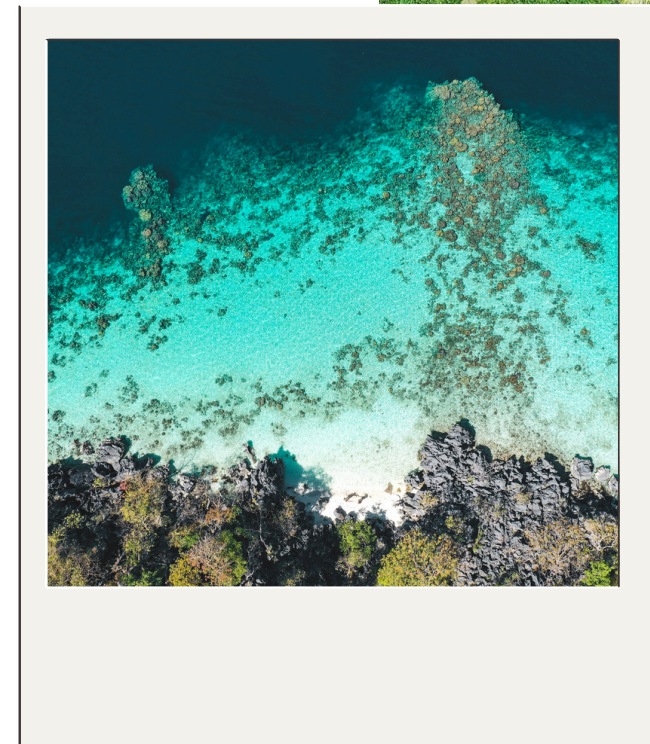
Jour 2 au jour 7 :

Matin : Petit déjeuner tous ensemble, 1h d'atelier photo théorique & pratique, Crossfit : 1h Wod.

Après midi libre - Pour ceux qui le souhaitent, nous pouvons nous rejoindre au sunset pour faire des photos et passer la soirée ensemble chaque soir de la semaine.

Il y aura une après-midi surf dans la semaine. Nous choisirons la date selon la météo.

Jour 8 - Le 26 Avril : Petit déjeuner ensemble, fin du voyage, demi-journée ou journée libre en fonction de vos horaires de vol. Transfert par vos soins pour l'aéroport.



19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Photo – Les Ateliers

Atelier photo créatif : **Le cadrage et la composition**

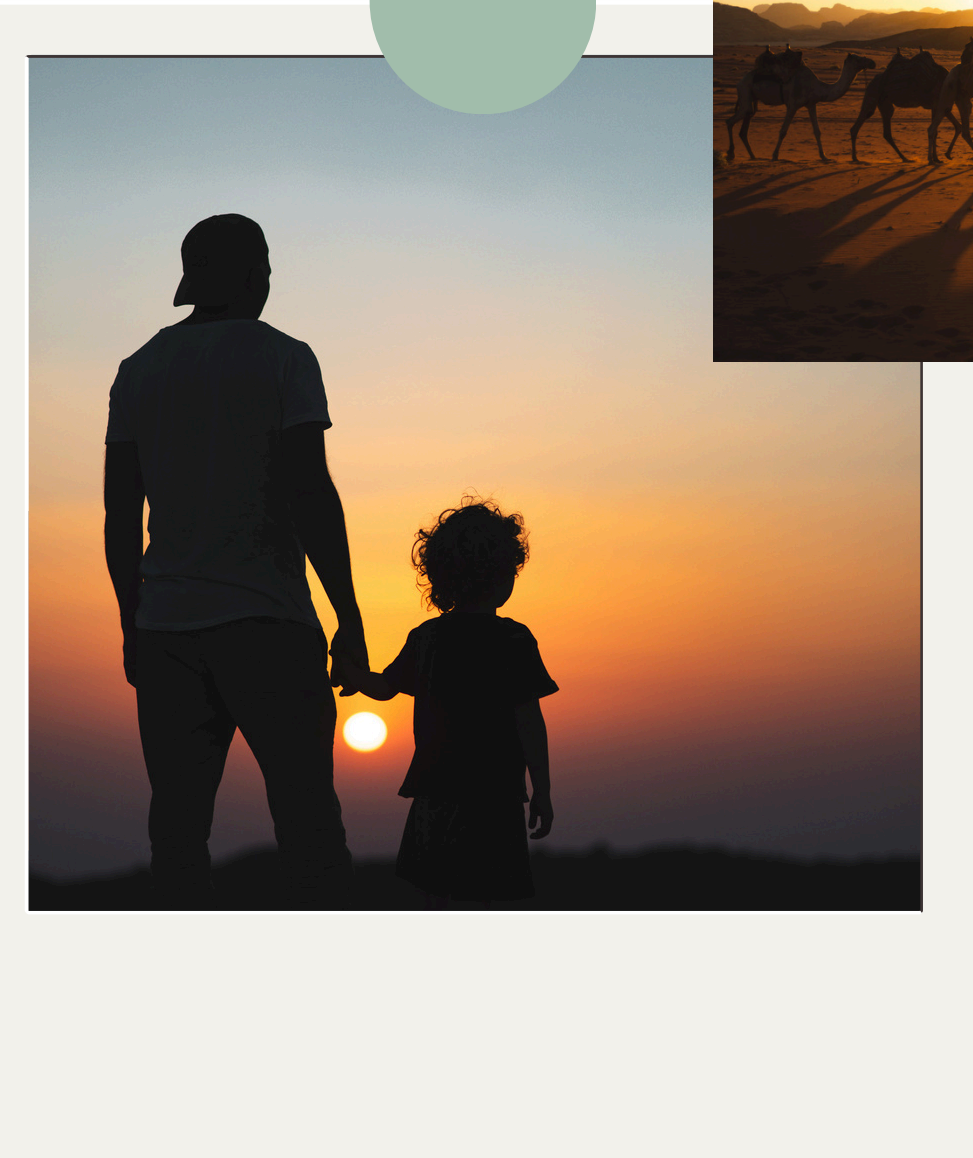
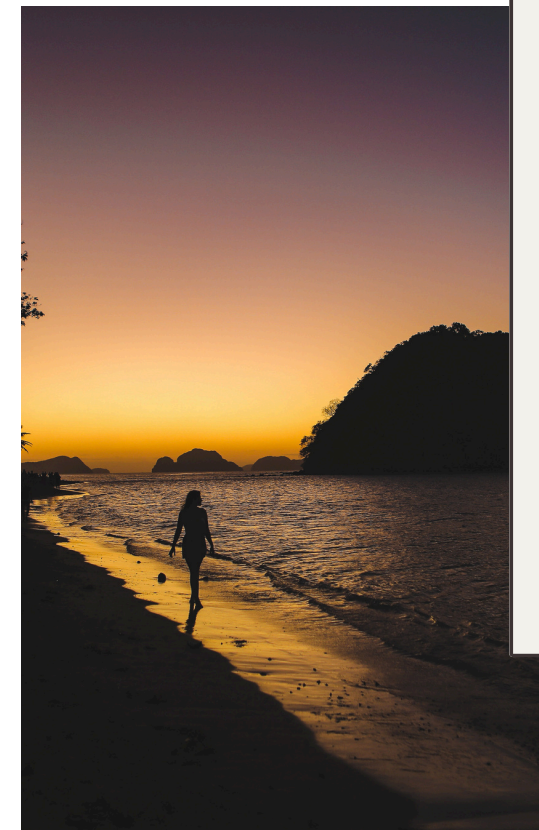
Atelier photo technique : Exposition – **Faire des photos en mode manuel** / Sortir du mode automatique.
Maîtriser la vitesse et la profondeur de champs.

Atelier photo de nuit : **Apprendre la pose longue**

Atelier photo Lightroom & Photoshop : **Apprendre à éditer et retoucher une photo.**

Atelier pratique : Réaliser **des portraits percutants**. Maîtriser le contre jour. Travailler ses contrastes à la prise de vue.

Sessions de **questions/réponses** avec conseils personnalisés.



@Onmetlesvoiles

19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Crossfit Siargao

Un entraînement par jour

CrossFit Siargao, vous invite à vous entraîner, vous amuser et vous ressourcer, entouré de paysages à couper le souffle.

+ Surf

Une initiation au Surf. Siargao étant réputé pour ses vagues. Pour tous les niveaux.



@Onmetlesvoiles

Pourquoi ce stage ?

Ce que vous allez vivre

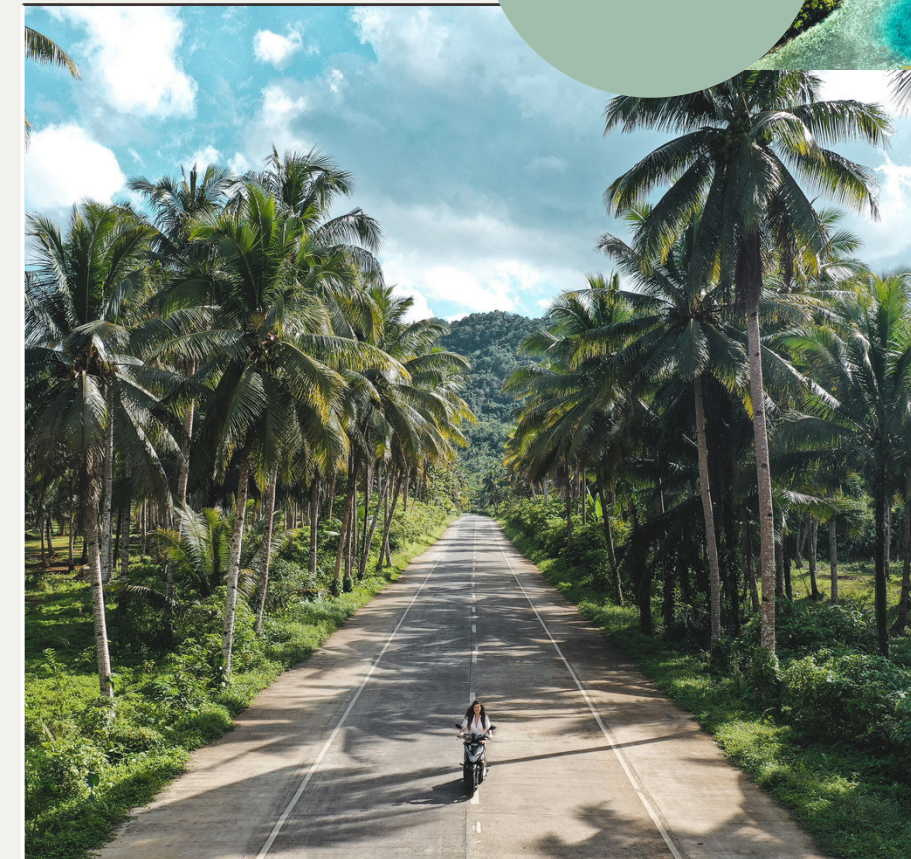
- Faire des photos dont vous serez fier(e), même en conditions difficiles
- Comprendre enfin le mode manuel (ou progresser si vous avez déjà des bases)
- Bouger, respirer, prendre confiance avec des séances adaptées à tous niveaux
- Découvrir Siargao à travers ses plus beaux spots
- Vivre une semaine simple, inspirante et bienveillante
- Repartir avec plus d'énergie, plus de créativité et de sérénité

Ce stage est fait pour vous si...

- Vous débutez ou souhaitez passer un cap en photo
- Vous aimez bouger mais cherchez un cadre rassurant
 - Vous voyagez seul(e) ou entre amis
 - Vous voulez mélanger sport, créativité et nature
- Vous cherchez une expérience humaine vraie, loin du tourisme de masse

@Onmetlesvoiles

19 - 26 Avril 2026 - Siargao



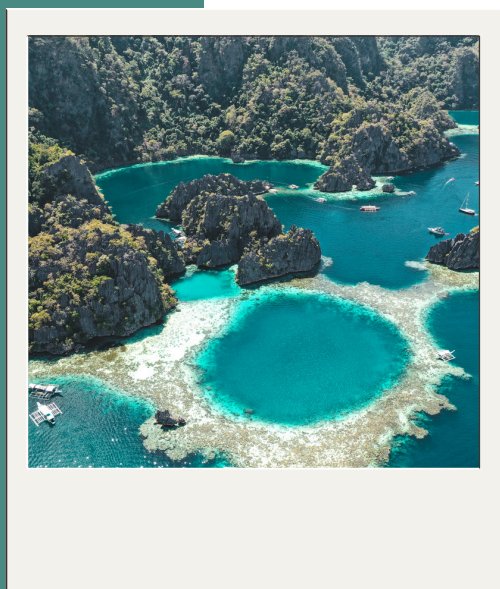
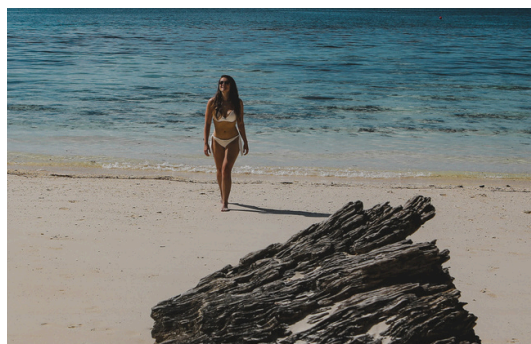
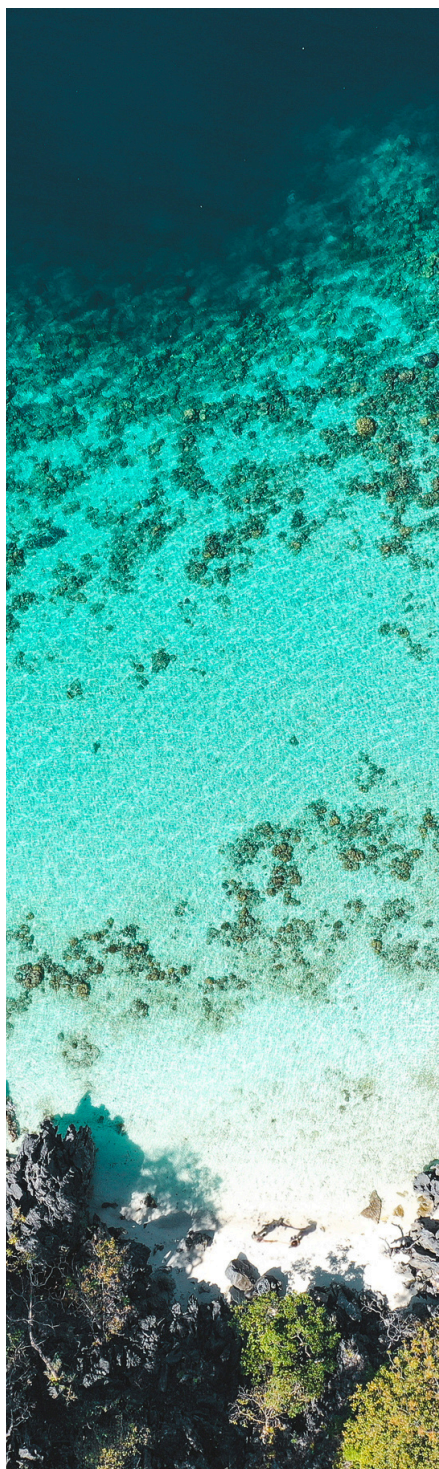
19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Pourquoi ce stage est unique ?

Photo & Crossfit

- **Duo complémentaire** : Adeline (15 ans photo) + Mathieu (coach calme & pédagogue)
- **Équilibre parfait** : photo, sport, respiration, découverte :)
- **Petit groupe** : plus d'attention, plus d'accompagnement
- **Une île exceptionnelle** : Siargao, entre lagons, jungle et sunsets
- **Accessible à tous niveaux** : débutants comme intermédiaires





Info Pratique

Siargao - 19 au 26 Avril 2026

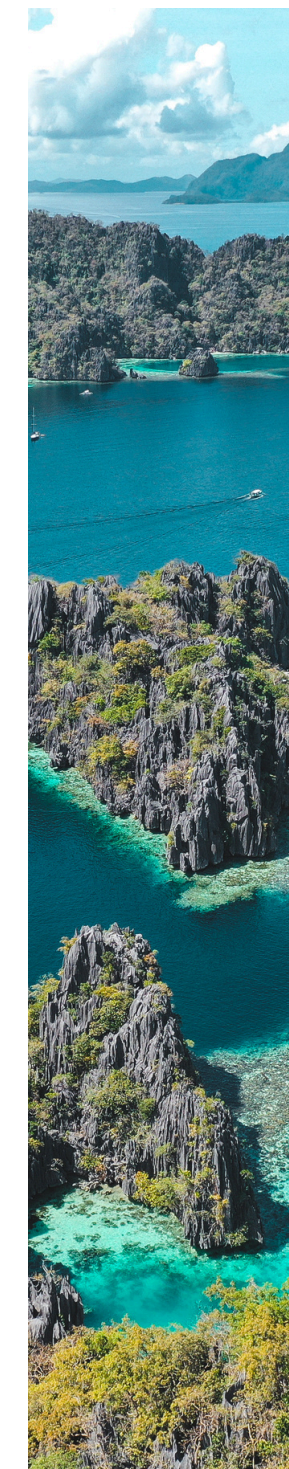
Le stage comprend :

Stage photo & Crossfit de 7 Nuits/8 Jours
Hébergement en chambre individuelle ou partagée
au Buddha Resort Siargao
Les ateliers photos (6 ateliers)
Le crossfit (6 wod) + initiation bain froid
Un cours de surf
Les petits déjeuners
Le dîner d'accueil & dîner de départ

Le stage ne comprend pas :

Les vols internationaux pour Siargao, les transferts aéroport/hôtel aller et retour, les transferts sur l'île pour tous vos déplacements, les excursions non mentionnées, les déjeuners et les dîners non mentionnés, les boissons, les pourboires, les dépenses personnelles, les assurances voyage, les frais liés à votre banque et votre téléphone, tout ce qui n'est pas mentionné dans comprend.

@Onmetlesvoiles





Combien ?

Siargao - 19 au 26 Avril 2026

Early Booking : jusqu'au 7 Décembre

Chambre double partagée : 1 950 €

Chambre triple partagée : 1 750 €

Dortoir 5 ou 6 personnes partagé : 1 690 €

Après le 7 Décembre

Chambre double partagée : 2 100 €

Chambre triple partagée : 1 900 €

Dortoir 5 ou 6 personnes partagé : 1 840 €

Un acompte de 50% est demandé au moment de la réservation. Le solde sera à régler 45 jours avant le départ. L'acompte engage le client à verser le solde. Le client ne peut annuler son voyage sans l'accord de l'agence. Des frais d'annulation et de modification seront appliqués. Merci de contacter l'agence pour tous renseignements supplémentaires. Le stage est validé à partir de 10 participants.

19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Comment réserver ?

Les réservations se font auprès de l'agence
qui organise le stage :

Par mail, contactez Marion à :
contact@mademoiselle-voyage.fr

Par téléphone :
06 10 40 21 92
Joignable du lundi au vendredi de 9h à 17h ou
après 18h sur rdv.



19 - 26 Avril 2026 - Siargao

Et après ?

Envie de prolonger votre séjour aux Philippines avant ou après le stage ?

Aucun souci : notre agence de voyage partenaire peut s'occuper d'organiser votre séjour et créer un voyage sur mesure pour explorer les merveilles de l'archipel. Pensez à la contacter en amont pour organiser votre extension en toute sérénité.