



RETRAITE DE YOGA ET DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

"Vers une meilleure connaissance de soi"

Du 25 au 27 juin 2021
Cambremer, Normandie

Contacts

la.tete.dans.les.etoiles.2020@gmail.com / 06.09.08.39.14
senseymotion@gmail.com / 06.78.40.70.22



À propos de cette retraite

Après cette année si chamboulée, si vous avez envie d'une évasion bien méritée dans une bulle de sérénité, nous avons déniché l'endroit parfait au cœur de la Normandie, pour ralentir et se reconnecter avec la nature le temps d'un weekend au vert, à moins de deux heures de Paris.

Au programme : méditation, pratiques de yoga vinyasa matin et soir, ateliers de développement personnel, moments de partage et temps libre pour se détendre, faire le plein d'énergie et se ressourcer.

Cette retraite s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent s'offrir une parenthèse enchantée pour déconnecter et ralentir. Osez prendre soin de vous sans pression !

Vos intervenantes

Julie Barre, professeure de yoga certifiée en ashtanga et vinyasa RYT200

Vanessa Chicheportiche, coach professionnelle certifiée en développement personnel (DISC, KPM, Intelligence Émotionnelle et Process Communication)

TARIF : 500€

Ce qui est inclus :

- L'hébergement tout confort en chambres partagées
- Brunchs et diners sains et gourmands
- Les pratiques de yoga, matin et soir
- Les ateliers de développement personnel
- L'accès à l'espace bien-être avec spa, sauna et bassin de méditation

Ce qui n'est pas inclus :

- Le transport aller-retour (covoiturage possible entre les participant.e.s)

Début de la retraite le vendredi à 16h

Départ le dimanche au plus tard à 18h

COMMENT RÉSERVER

- Acompte de 50% à la réservation
- Solde un mois avant le début de la retraite

Si la retraite devait être annulée en raison du Covid, les frais d'inscription seraient intégralement remboursés.

