

WEEK-END

Déconnecter pour se reconnecter

22 - 24 Septembre

Bien-être

Yoga, Coaching,
Méditation, Respiration



Ateliers Créatifs

Bain de forêt,
Cuisine saine, Création
type attrape-rêve

Kirtan

Chant de Mantras,
Danse libre



Adresse domaine:

Domaine des sens - 494 chemin des coupades
30360 Monteils (Entre Alès et Uzès)

**Informations &
Réservations:**



melodydeclerck@gmail.com



0661901733 ou 0621201765

Notre objectif?

Transmettre, partager, vibrer,..
Un bol d'énergies pures pour encore plus d'enchantement,
d'apaisement et d'amour



Qui sommes-nous?

Nous sommes 3 amies réunis par nos énergies, comme une évidence. Complémentaires, et bienveillantes, nous sommes toutes trois animées par l'envie d'apporter de la vie, des sourires et du bien être dans notre monde. Formés en yoga, en coaching et passionnés par tout ce qui peut nous faire vibrer, nous souhaitons transmettre et partager cette énergie qui enchante chaque jour nos vies.

Programme:

Vendredi:

17h: Arrivée
18h: Cercle de bienvenue
19h30: Dîner
20h30: Méditation / Yoga Nidra

Samedi:

7h30: Méditation
8h30: Petit déjeuner
9h30: Atelier coaching
11h00: Vinyasa Yoga
12h30: Repas
14h: Marche pleine conscience
15h: Atelier créatif
16h30: Pause ou Journal
17h: Atelier cuisine
19h: Dîner
20h: Soirée Kirtan



Dimanche:

7h30: Méditation
8h30: Petit déjeuner
9h30: Yin Yoga
11h00: Cercle de cloture et Kirtan
12h30: Repas

300 €

Tout compris

Ateliers, logement et
repas

Informations et Réservations:



melodydeclerck@gmail.com



0661901733 ou 0621201765