

RETRAITE JOIE DE L'ETRE

DEROULEMENT DU SEJOUR

Dimanche 27 Septembre :

Accueil du groupe à partir de 16h. Installation dans les chambres et RDV pour le dîner, suivi du cercle de présentation où nous exprimerons nos intentions pour le séjour.

Lundi 28 Septembre :

Marche transmutatrice dans la nature des Hautes Pyrénées pour une respiration et une libération en conscience. Récolte en conscience de végétaux pour notre offrande à la Terre mère. (Land Art) Déjeuner sur place.

Cercle de parole et soin collectif autour du thème de l'Âme et de l'enfant intérieur avec Marie et Kristelle. Chants d'alignement de retour à la paix et au cœur.

Démarrage de la création de notre offrande à la Pachamama.

Dîner sur place.

Le soir, veillée autour du feu sacré et atelier d'écriture thérapeutique.

Mardi 29 Septembre :

Nous débuterons cette journée par une séance de "Joie du Mouvement" inspirée du Nia et impro pour se connecter à son âme à travers l'expression corporelle, suivie d'un atelier autour des huiles essentielles appliquées aux émotions et aux énergies.

Déjeuner sur place

Cercle de parole et soin collectif autour du féminin et masculin sacrés.

Début des débriefs et conseils individuels de 30 minutes avec Kristelle et Marie.

Le groupe finalise l'offrande (Land Art) pendant les entretiens et temp libre avant le dîner. (Possibilité de massages bien-être sur le site, en supplément.) Méditation guidée vibratoire autour de l'animal totem, soin détente au bol tibétain à disposition du groupe.

Dîner sur place.

Veillée autour du feu sacré et réception des messages de nos guides.

RETRAITE JOIE DE L'ETRE

Mercredi 30 Septembre :

Temps libre. Méditation guidée vibratoire autour de l'animal totem, soin détente au bol tibétain à disposition du groupe. En parallèle, RDV débriefs et conseils individuels avec Kristelle et Marie.

Déjeuner sur place.

Après-midi, visite du Sanctuaire de Lourdes. Temps libre et moment collectif.

Nous nous imprégnerons de ce lieu saint.

Dîner

Atelier de relaxation Coréenne, massage des mains, détente.

Jeudi 01 Octobre.

Petit déjeuner

Cercle de départ. Offrande à la Pachamama,

Fin du séjour.



RETRAITE JOIE DE L'ETRE

INFORMATIONS

Total du séjour en pension complète, hébergement en chambre double
555 Euros. Règlement par chèque à l'ordre de "En Forme de Lotus"

Adresse où envoyer le règlement

Marie Vankerrebrouck
En forme de Lotus
85 Rue du Manio,
56100 Lorient

Afin de réserver votre place, nous vous demanderons un chèque de 250 euros encaissé dès réception (non remboursable sauf cas exceptionnel) accompagné d'un deuxième chèque de 305 euros qui sera encaissé le 25/09/2020. (non remboursable sauf cas exceptionnel)

Le tarif inclut :

- L'hébergement en pension complète végétarienne sous forme de buffet dès le dîner du dimanche 27 septembre, jusqu'au petit déjeuner du jeudi 01 octobre. Tisanes et fruits en libre-service.
- Draps et serviettes (à l'arrivée chacun fait son lit)
- Toutes les activités + soins avec Marie et Kristelle
- Le trajet en co-voiturage jusqu'à Lourdes. (45 mins)

Il n'inclut pas :

- Les dépenses personnelles sur le site d'hébergement et à Lourdes.
- Le trajet de votre logement jusqu'au site d'hébergement (trajet voiture indispensable car pas de gare ou aéroport à proximité, pas de possibilité de location de voiture à proximité. Nous vous indiquerons à tous les coordonnées des participants pour encourager le co-voiturage.)

Adresse du site d'hébergement :

2 Cami Deras Estrapas
Courret d'Asque
65130 Asque