

2^{ème} Weekend Bien-être

**POUR SE DÉTENDRE,
PRENDRE SOIN DE SOI ET
APPRENDRE LES PETITS
TRUCS QUI FONT DU
BIEN.**

Durant le week-end, vous expérimenterez une foule de petits trucs, simples et efficaces, à utiliser, presque en toute circonstance, et sans modération.

Basées sur la médecine traditionnelle chinoise, la respiration, la réflexologie plantaire, le qi gong ou encore le yoga, ces différentes techniques vous (re)donneront confiance en votre potentiel de détente.

Nouveauté: l'atelier cuisine où Eugénie vous apprendra des trucs de pro pour réaliser des plats simples, colorés et savoureux, tout en gagnant du temps.

Quand ? du vendredi 22 novembre à 18h au dimanche 24 novembre à 17h.

Pour qui ? Homme ou femme prêt à faire une pause santé le temps d'un week-end.

PRIX EARLY
BIRD

450 €

AVANT LE
15.09.24



Qui ? Réflexologue depuis près de 15 ans, Lucie Hage pratique l'énergétique traditionnelle chinoise. Le massage du crâne et les soins sur les traumatismes font partie de ses spécialités.

Où ? Dans le joli château de Beuplateau en Ardennes

Quoi ?

Le prix comprend : le stage, le logement (draps inclus en chambre twin), des savoureux repas bio et flexitariens, les boissons, les en-cas et le thé au coin du feu.

Le prix ne comprend pas : les essuies de bain, le tapis de yoga et soleil garanti !

Combien ?

Prix earlybird 450€ (avant le 15.09.24)

Prix normal 490€

Duo (en couple ou pas) 850€

Chambre single + 60€

Acompte 50% à l'inscription

RÉSERVATIONS

✉ Lucie@lucie-hage.be

☎ 0495.216.214

🌐 www.respiration.be

