

Weekend Bien-être

POUR PRENDRE SOIN DE SOI, RETROUVER DU CALME ET DE L'ESPACE INTERIEUR.

Durant le week-end, nous prendrons le temps de respirer, de regarder, de sentir, pour laisser entrer le calme et le silence.

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.

Quand ? du vendredi 21 novembre à 18h au dimanche 23 novembre à 17h.

Pour qui ? Homme et femme ayant envie de faire une pause le temps d'un week-end.



Qui ? Réflexologue depuis plus 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 Beauplateau en Ardennes

Quoi ?

Le prix comprend : le stage, le logement (draps inclus, sdb partagées), des savoureux repas bio et flexitariens, les boissons, les encas 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 en chambre single 550€

Duo (en couple ou pas) 1.000€

Acompte 50% à payer à l'inscription

Nombre limité à 12 personnes

RÉSERVATIONS

✉ Lucie@lucie-hage.be

☎ 0495.216.214

🌐 www.respiration.be

