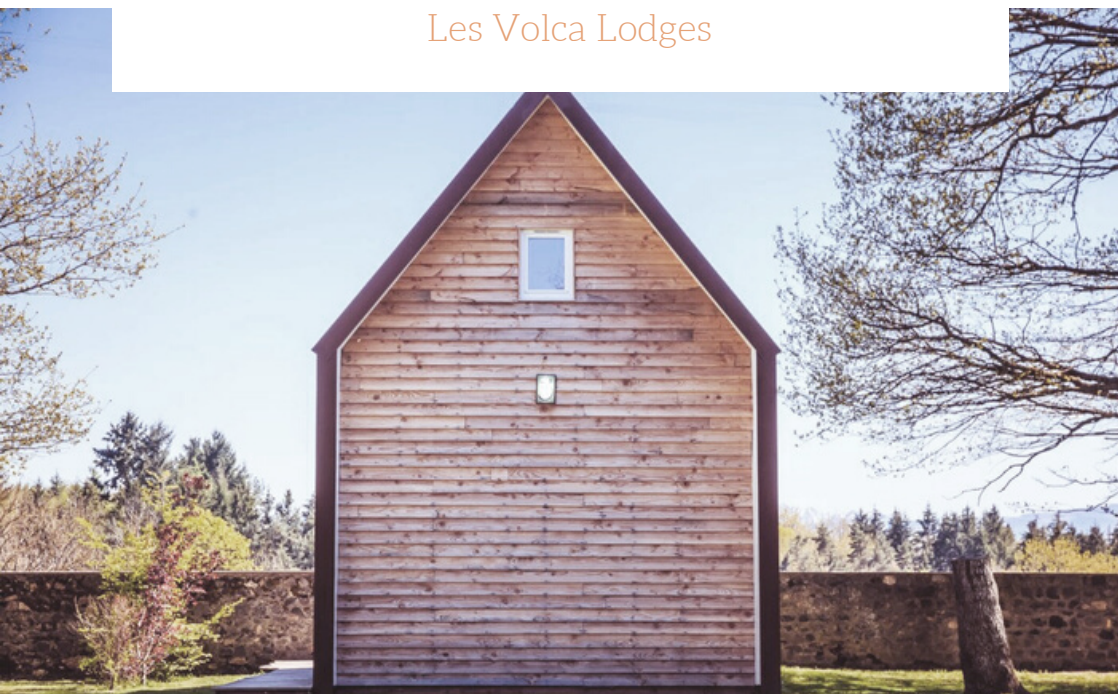


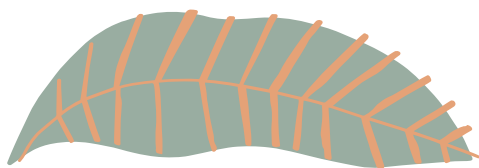


RETRAITE SLOW

3,4,5 JUILLET 2020

Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne
Les Volca Lodges





PROGRAMME

Vendredi 03 juillet

12 h - 16 h : Arrivées

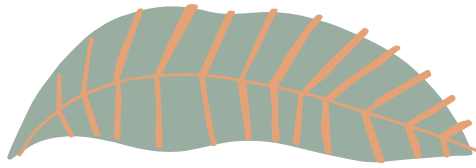
16 h : Goûter, présentation des intervenantes & des activités

17 h : Cercle de début de retraite

19 h 30 : Dîner

21 h - 21 h 30 : Bain de son | Relaxation sonore





PROGRAMME

Samedi 04 juillet

Silence & contemplation au levé du soleil

8 h : Petit-déjeuner

09 h : Balade Nature – Reconnaissance des
plantes sauvages & médicinales

12 h : Atelier création de sa tisane

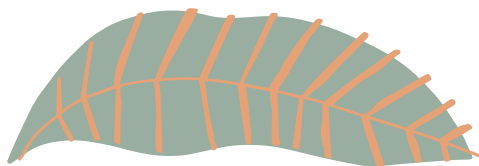
13 h : Déjeuner

16 h – 17 h 30 : Yin yoga en lien avec la saison estivale

19 h 30 : Dîner

20 h 30 : Soirée découverte du chamanisme





PROGRAMME

Dimanche 05 juillet

8 h - 9 h 30 : Hatha Yoga | Amour de soi & bienveillance

10 h : Petit-déjeuner

11 h : Cercle de fin de retraite

13 h : Déjeuner

14 h - 16 h : Départs, temps libre



460€

CHAMBRE PRIVATIVE

AVEC BAIE VITRÉE SUR LA NATURE & SALLE
DE BAIN PRIVATIVE

390€

CHAMBRE PARTAGÉE

AVEC SALLE DE DOUCHE PARTAGÉE





À BIENTÔT

POUR CE WEEK-END SLOW



RETRAITE SLOW | ÉTÉ | 3,4,5 JUILLET 2020