



Retraite d'automne 2020 yoga - méditation - sculpture

du 16 octobre 18h au 18 octobre 17h

"Explorons notre nature sauvage"

En pleine nature, le Centre de vie, nous offre 216 acres de champs et forêt, agrémenté de plusieurs sentiers de marche ainsi que des aires de repos extérieures.

Nous vous offrons un espace de détente, de retour vers Soi et de créativité.

Le Yoga offre au corps le temps de se déposer et de descendre au cœur de Soi.

Cette reconnexion ouvre l'espace à notre créativité et nous invite à laisser se révéler un animal en argile. La retraite se vivra dans un esprit de lâcher prise, de non-jugement et de non-performance, dans le plaisir de se découvrir!

Au Menu

- Yoga doux (tous les niveaux)
- Méditations guidées
- Atelier de sculpture pour tous, aucune expérience requise (argile sans cuisson)
 - Partages
 - Temps libre
- Soins de détente disponibles sur place
 - Rires
 - Simplicité d'Être



Lieu

Centre de Vie
14, chemin du Petit 5 Rang,
Ripon, QC
Tel: (819) 428-2215
www.centredevie.ca

Prix

Atelier et activités:

300\$ plus taxes
(matériel inclus)

Hébergement:

2 nuits et 6 repas végétariens inclus:
occ simple: 280\$, occ double: 230\$,
occ triple: 210\$ plus taxes

*Rabais de 50 \$ avant le 23 août

Infos et inscriptions

Anne Moreillon

Passionnée par l'art du toucher, massothérapeute depuis 25 ans et artiste. S'exprime principalement en donnant corps et âme à la terre de grès ou d'argile

annemoreillon1@gmail.com

(514) 570-8198



Caroline Rousseau

Professeure de yoga certifiée en 2006, thérapeute en soins Égypto-Esséniens, accompagnatrice de l'être.

info@yogacarom.ca

(819) 208-9333