



Retraite Yoga et Ayurveda d'automne

25 JANVIER 2025– 9h30 à 18h

Un temps pour vous ressourcer en pleine nature, dans un environnement calme et harmonieux.

Offrez-vous une parenthèse hors du temps : pratiques de yoga, prânâyama, méditation, balade dans la nature, atelier « Macérat médicinal huileux aux herbes méthode hydro-alcoolique », soin énergétique par la Musique des Plantes et soin individuel.

Afin de prolonger les bienfaits de cette journée, un soin individuel post-stage d'une heure est inclus, à la date de votre choix (massage ayurvédique, massage sonore, Chi Nei Tzang, yoga-thérapie, soin énergétique, soin énergétique par la Musique des Plantes, reboutement...)

7 places – Inscriptions prises dans l'ordre d'arrivée.

Programme : séance de yoga suivie d'une pause « Herbes Détox : breuvages chauds et purificateurs concoctés avec les cueillettes estivales d'Agnès selon le rituel ayurvédique. Atelier « Macérat huileux médicamenteux aux herbes méthode hydro-alcoolique » Pause déjeuner naturo-ayurvédique végétarien - Balade près du Lac de Grand Lieu (ou repos). Séance de relaxation avec la Musique des Plantes : véritable soin énergétique, assorti d'un soin individuel. Méditation finale.

Tarif par personne : 150 € incluant un soin ultérieur d'une heure, de votre choix, à la salle d'Agnès ou Angèle (massage ayurvédique, Chi Nei Tsang, reboutement, soin énergétique, soin Musique des Plantes...)

Délai d'inscription : 18 janvier 2025 – NOMBRE LIMITE A 7 PARTICIPANTS

Je m'inscris à la retraite Yoga Ayurveda d'automne du 5 octobre

Nom et prénom :

Adresse. :

Code postal et ville :

Adresse mail en lettres majuscules :

Téléphone :

Conditions de règlement : En cas de force majeure, l'organisateur est en droit d'annuler l'événement. Tout paiement préalablement versé vous serait alors intégralement restitué. En cas de désistement de votre part 15 jours avant le début du stage, le montant des arrhes sera encaissé – Si l'annulation intervient entre 14 jours et 4 jours avant le stage 70% du montant total du stage sera à régler – Si l'annulation intervient 3 jours avant le stage aucun remboursement ne sera possible.

Mon règlement : 150 € tout inclus

Règlement par chèque :

Je verse 50 € d'arrhes à l'ordre Ateliers du Bien Etre et joins un chèque de 100€ à l'ordre Ateliers du Bien Etre (débité début octobre)

Règlement par virement :

Premier virement de 50 € à l'inscription. Second virement de 100€ avant le 30/09/2024

Règlement par carte bancaire : sur demande – demandez le lien Lydia

Les chèques doivent être joints à l'inscription pour la valider. Dossier d'inscription à envoyer : Les Ateliers du Bien-Etre 47 route de la Jonelière 44300 Nantes ou mail dans le cas du règlement par virement: nantes@lesateliersdubienetre.net.

J'accepte les modalités d'inscription détaillées ci-dessus.

Date et signature :