



Angèle et Cécile

**une complémentarité pour faire de
votre séjour un moment
ressourçant et inoubliable**

Voici la suite....

Au mois de septembre, nous vous avons annoncé la préparation de week-ends de ressourcement et amincissement autour du yoga et l'hypnose-coaching...



Voici les dates de séjour et le magnifique lieu que nous vous proposons

Alors quel est ce lieu?
LE DOMAINE DE MARIN

Lieu dit "Marin" 49340 Trémentines

**Un lieu ressourçant, avec une très belle
énergie.**

**Le séjour sera proposé en pension complète.
Une immersion de bien-être vous attend!**

**Pour les personnes qui viennent de loin, nous
pourrons venir vous chercher à la gare si
besoin**

Et pour vous faire découvrir ce lieu, voici quelques photos



Quand?

2 week-ends

Nous vous proposons 2 week-ends au printemps

**- du vendredi 22 avril à 19h
au dimanche 24 avril à 17h**

**- du vendredi 17 juin à 19h
au dimanche 19 juin à 17h**

Les 2 séjours seront complémentaires

**Vous pouvez déjà réserver,
le nombre de places est limité à 14 personnes**

**pour les réservations un acompte de 100€ vous est
demandé**

réservations soit auprès d'Angélique ou de Cécile

Angélique : 06 23 39 29 94

ou Cécile : 06 68 86 38 86

Et bien sûr, le programme

Vendredi

- 19h 00 accueil - présentation - répartition des chambres
- 20h00 : repas
- 21h30 : hypnose

Samedi

- 8h00 yoga
- 9h45 : collation pti dej
- 10h30 : séance coaching amincissement
- 12h30 : repas -
- 14h00 : coaching amincissement et sport
- 16h00 : pause méditation
- 17h00 : yoga 2h
- 19h30 : repas
- 21h00 : automassage

Dimanche

- 8h00 : hynose
- 9h30 : yoga 2h
- 11h30 : atelier culinaire pour le midi
- 13h00 : repas
- 14h00 : coaching amincissement
- 16h30 : préparation départ.

Tarifs

Le week-end en pension complète sera de 395€

si vous venez aux 2 week-ends : 700 € (soit 350€ le week-end)

Nous vous préciserons les modalités un peu plus tard mais vous pouvez déjà pré-réservés dès maintenant