

Sejour Bien-Être

du 20 au 22 mai
à Arêches Beaufort

Vous rêvez d'une petite pause
PLAISIR & VITALITE
pour vous ressourcer ?

Ce printemps,
nous vous proposons un week-end BIEN-ETRE
en montagne
durant lequel vous pourrez régénérer
votre corps et votre esprit
dans un souffle ludique.

Nos journées seront rythmées par des pratiques
autour du yoga et des ateliers abordant une
vie saine et équilibrée, une alimentation simple
et gourmande.

Venez écouter votre corps et ses besoins,
prendre soin de votre esprit,
vous libérer des tensions physiques et psychiques,
créer la force d'accomplir vos rêves,
de vivre intensément chaque moment
et de trouver la vitalité
pour rayonner et éclore.

TARIF :

239€ (129€ de logement en pension complète + 110€ d'encadrement).

LIEU :

Centre de vacances Le Hameau des Champs, Arêches-Beaufort

CONTACT :

Pour obtenir votre formulaire d'inscription ou pour plus d'informations,
veuillez nous contacter par mail à

clara.josserand@hotmail.com ou caromargo08@yahoo.fr Clara: 06 06 40 27 96 Caroline: 06 72 22 90 81