

पुण्ड्र लपदेरा & लदेवितान



Prakas
Jean-Christophe
&
Marianne

Vous proposent une expérience de bien-être total pour un weekend de détente profonde et d'éveil spirituel.
au CREPS de Saint-Raphaël
SAMEDI 11 Mai 2024 : de 9h à 18h
DIMANCHE 12 Mai : de 8h30 à 12h



TARIF : 170€



Au programme :



Découverte des Mudra pour l'équilibre énergétique avec Prakas.

Méditations guidées pour l'harmonie intérieure et séances de Yoga revitalisantes avec Marianne et Jean-Christophe.



Au cours de ce stage, les participants, débutants et avancés, auront l'opportunité de profiter d'un espace de tranquillité et de recueillement leur permettant de se recentrer, et de cultiver la paix intérieure. C'est une occasion unique d'explorer les différentes dimensions du bien-être physique, mental et spirituel, le tout dans la bienveillance et la bonne humeur.

Pour bien organiser votre week-end, merci de préciser si vous souhaitez réserver la restauration et le logement sur place : chambre individuelle, double ou quadruple.

Vous pouvez également réserver un transfert de l'aéroport de Nice ou de la gare de Saint-Raphaël.

INSCRIPTION par mail : mariannemallat78@gmail.com

Pour plus d'informations n'hésitez à contacter Marianne au 06 77 40 15 03