

Horaire

Vendredi

Jour 1

16h00 à 18h00

Accueil

18h00

Souper

19h00 à 20h30

Cercle d'ouverture

Éveil des chakras



Samedi

Jour 2

7h00 à 8h15

Yoga matinal – Qi Gong

8h30 à 9h30

Déjeuner

10h00 à 11h30

Atelier d'enracinement

12h00 à 13h00

Diner

13h00 à 15h00

Ressourcement – Repos

15h00 à 17h00

Connexion au féminin

Soirée - 18h00 à 19h00

Souper

19h30 à 20h30

Explorons

Dimanche

Jour 3

7h00 à 8h15

Yoga matinal- Qi-Gong

8h30 à 9h30

Déjeuner

10h00 à 11h30

Guérison énergétique

12h00 à 13h00

Diner

13h15 à 15h00

Tableau de vision

Cercle de fermeture

Et maintenant, intégration au quotidien...