



...vous proposent ...



une **Mini Retraite**
“**Au coeur de Soi**”

au Gîte **Les Buis du Creux à Cogny 69**
<http://www.lesbuisduchardonnet.com/fr/>
du vendredi **12 octobre** 17h au dimanche **14 octobre 2018**



Le temps d'un week-end pour vous rapprocher un peu plus de votre essence par la pratique du **YOGA** avec **Julie Vauchel Riss** ; dès le matin pour vous connecter à la nouvelle énergie qui s'annonce..., une petite **marche en silence** pour accéder à l'**espace BIEN ETRE** de nos hôtes où vous pourrez profiter de la piscine, du spa, sauna, hammam...un régal !

Et pour que ce moment de rencontre intime avec vous même soit l'ancre d'un épanouissement nouveau dans votre vie quotidienne, **Claire Bourbon** sera à l'écoute de vos ressentis. Elle vous aidera à les mettre en lumière grâce à deux outils passionnants, le **Yi King**, livre des Changements de la tradition chinoise, et les **Fleurs de Bach**.

Repas végétariens et aliments d'origine biologique.

Tarif : **250 euros**

Seul le repas du vendredi sera à prévoir pour un partage assurément convivial !

Renseignements et inscriptions auprès de Julie : 06.02.10.55.01

www.eveilnature.fr