

RETRAITE DE YOGA & DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Se poser, s'écouter en profondeur
et se réaligner.

15 & 16 juin 2019

Une retraite de 2 jours pour prendre le temps de sentir où la vie nous appelle.
Un temps pour nourrir en profondeur la relation à soi, découvrir un peu plus
qui nous sommes pour se reconnecter à la vie.

Dans cette retraite, chacun et chacune pourra

- Trouver un espace de reconnexion profonde à soi.
- Prendre conscience de ses ressources et valeurs personnelles pour mieux vivre sa vie.
- Vivre une expérience collective qui se veut transformatrice.



LE SENS DE CETTE RETRAITE

Mieux me connaître pour me sentir pleinement vivant et rester acteur de ma vie

Le rythme de nos vies nous laisse très souvent peu d'espace pour nous laisser sentir qui nous sommes en profondeur et où nous voulons aller dans nos vies. Cette retraite se veut être un espace privilégié pour nourrir la vie qui est en nous.

C'est un temps de prise de recul, de reconnexion à soi à travers la pratique du yoga, et de développement personnel grâce à des temps d'introspection individuelle, des temps de travail en petits groupes et des temps de partages en grand groupe.

Cette retraite se veut être un travail dans la profondeur et la légèreté.

CETTE RETRAITE EST FAITE POUR MOI SI...

- Je recherche un espace de croissance personnelle profondément humain.
- Je suis prêt à explorer en profondeur qui je suis, mes ressources, mes freins, mes talents, mes fragilités, mes désirs, ...

Les explorations proposées pendant cette retraite demandent un engagement personnel des participants :

- à participer à toute la durée de la retraite en résidentiel.
- à s'ouvrir et à parler de soi au sein du groupe.

MODALITES PRATIQUES

Cette retraite sera animée par Gaëlle

gaelle@beeyoo.ch

+41 (0)76 530 39 22



Lieu : Chemin dessus Martigny, en Suisse

Date : du 15 juin à 8h30 au 16 juin à 17h00.

Possibilité d'arriver dès le vendredi soir à 17h. Une pratique de yoga de mise en route sera proposée à 17h30 avant le repas qui sera servi à 19h.

De 9 à 15 participants.

TARIFS & CONDITIONS FINANCIÈRES :

Le tarif comprend

- L'accompagnement et l'animation de la retraite.
- La location de la salle de séminaire.
- Le logement en pension complète dans un chalet de montagne.
- Le buffet de boissons chaudes & fruits à disposition toute la journée.
- La mise à disposition du matériel (tapis de yoga, coussins, ...)

Conditions :

L'inscription sera confirmée à réception du montant total de la retraite sur le compte IBAN CH76 0078 4122 0435 3240 6, au nom de Gaëlle Grand-Clément.

Dès que l'inscription est confirmée, les frais d'annulation se montent à

- 50 chf pour toute annulation avant le 10 avril 2019.
- En cas d'annulation après cette date, aucun remboursement ne sera possible.

Type de chambre	en chambre de 3 ou 4 personnes	en chambre double	en chambre individuelle
retraite 15 & 16 juin 2019	472,00 CHF	512,00 CHF	552,00 CHF
supplément arrivée vendredi soir	80,00 CHF	100,00 CHF	140,00 CHF

HÉBERGEMENT

La retraite se déroulera à l'hôtel Beau-Site situé proche de Martigny, dans le Valais, en Suisse.

Ce lieu a été choisi pour sa proximité avec la nature, sa simplicité, son ambiance chaleureuse et sa salle de séminaire exceptionnelle ; des éléments indispensables pour pouvoir vivre une expérience personnelle et collective dense et transformatrice. La cuisine est un axe central de leur travail. Ancrés dans le respect de l'homme et de la nature, ils ont fait le choix de ne proposer que des produits locaux, biologiques et/ou équitables. Leur cuisine, simple et végétarienne, est réalisée à partir de produits frais préparés à la minute. Le choix des menus est guidé par les saisons, la créativité culinaire et la recherche d'équilibre alimentaire.

www.chemin.ch

CONTACT & INSCRIPTIONS :

Gaëlle GRAND-CLEMENT
BeeYoo, Plan-des-Marais 32, CH-1642 Sorens.
gaelle@beeyoo.ch
Tel : +41 (0)76 530 39 22

*Retrouvez toutes les informations et le formulaire d'inscriptions sur
www.beeyoo.ch*

