

*30 avril au
3 mai 2020*

NICE

RELAX
RECHARGE
RESET



PRENEZ DE LA
HAUTEUR

RESSOURCEMENT
CORPS ET ESPRIT



Parenthèse altitude Retraite 4 jours

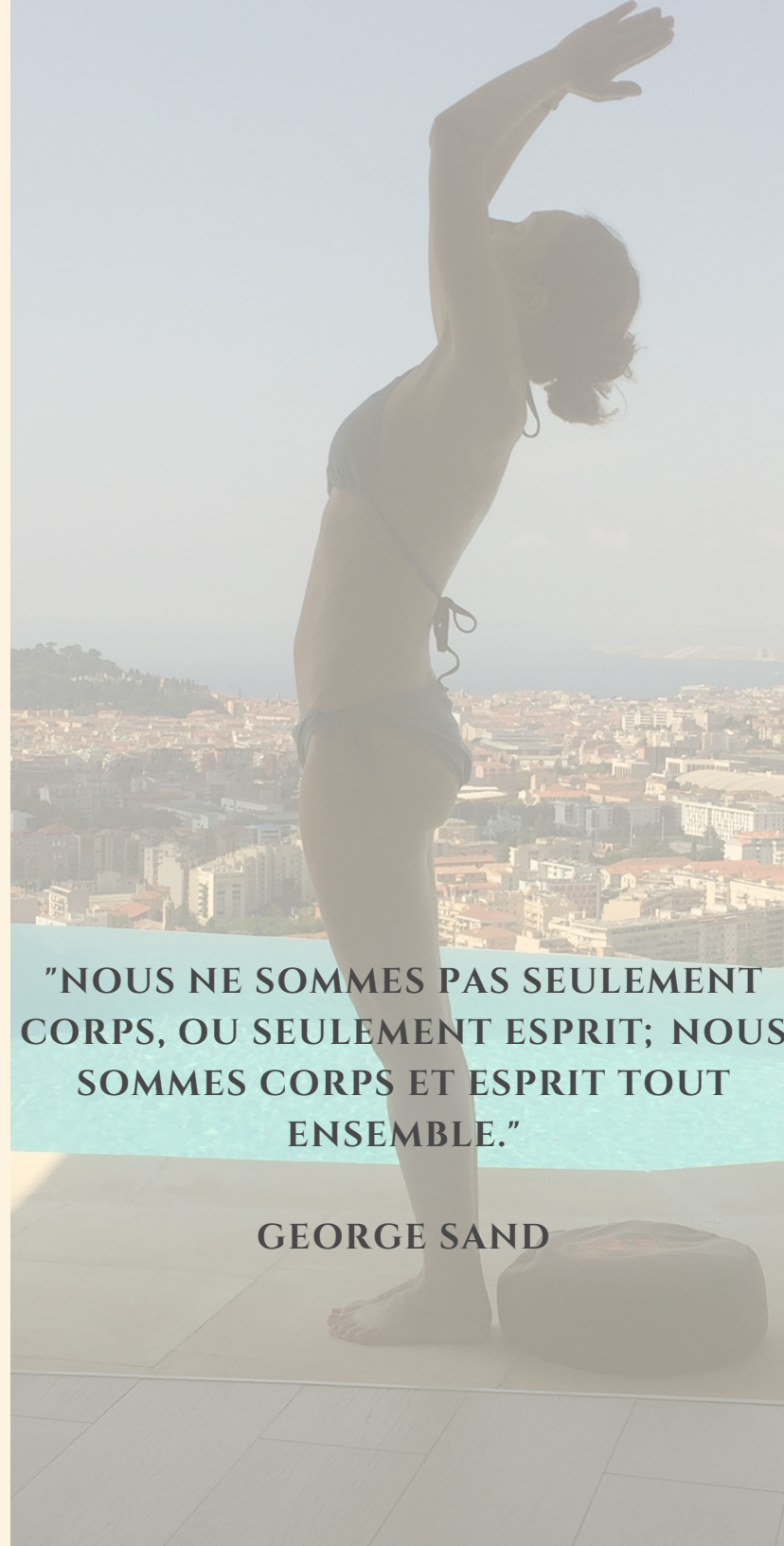
AU SOMMET DE LA BAIE DES ANGES

1er mai
férié en
France

LE STAGE

Ce stage se déroule sur la côte d'Azur dans le domaine privé niçois du Vinaigrier. Il va nourrir votre esprit, votre corps et votre âme à travers une alternance de séances individuelles et collectives dans un lieu exceptionnel.

Ce voyage physique et mental de rêve vous amènera vers de nouveaux sommets et de nouvelles perspectives. Vous améliorerez votre capacité à prendre de l'altitude sur votre vie et vous-mêmes. Et bien sûr, vous aurez des temps de repos pour vous relaxer... Sandrine et Jonathan seront vos guides pendant tout le séjour.



**"NOUS NE SOMMES PAS SEULEMENT
CORPS, OU SEULEMENT ESPRIT; NOUS
SOMMES CORPS ET ESPRIT TOUT
ENSEMBLE."**

GEORGE SAND

INCLUS :

3 nuits d'hébergement

Début : jeudi 30 avril à 12h

Fin : dimanche 3 mai à 16h

Tous les repas sur site sont inclus dont 1 dîner surprise.
Transport & alcool non inclus.

Activités en groupe :

- Réveils matin au bord de la piscine si météo clémente (yoga/ méditation/ respiration)
- Mini-workshops "Mieux se connaître et changer de regard"
- Constructions créatives
- Balade hypnotique de nuit pour sublimer ses sens.
- Rêve éveillé dirigé.

3 séances personnelles :

- 1 massage énergétique
- 1 séance d'hypnose pendant le séjour / objectif de votre choix
- 1 suivi coaching après le séjour.

Séjour limité à 12 personnes maximum.



THERAPIE PAR LE LIEU ET LE GROUPE

Vous serez hébergés dans une belle bâtisse niçoise, lieu de vie principal. Les séances individuelles se feront dans une très belle villa à 2 minutes à pied pour un confort maximal et une vue imprenable sur la baie des anges qui amplifiera tous les bénéfices.

" Le plaisir d'être ensemble autour d'une même envie. Se rapprocher encore de soi et son environnement. Trouver des réponses, en consolider certaines. "



PRIX TOUT COMPRIS

Tarif Early bird = -10%
si réservation avant le
15 mars 2020

La bâtisse dispose en tout de 6 chambres.

Offre Duo/Trio- cumulable avec tarif early bird : Invitez votre partenaire ou votre meilleure ami(e) et bénéficiez chacun(e) d'une réduction

Un acompte de 300 Euros vous sera demandé lors de la réservation quelque soit la chambre ou l'offre choisie.

1ère étage : 1 salle de bain commune et chambres attenantes



CHAMBRE N°1 : DOUBLE BALCON

Tarif Individuel : 807 Euros
Offre Duo : 737 Euros/pers.



CHAMBRE N°2 : DOUBLE + TWIN BALCON

Tarif Individuel : 807 Euros
Offre Duo : 737 / Trio : 677 Euros/pers.



CHAMBRE N°3 : SIMPLE

Tarif Individuel : 807 Euros

2ème étage : 1 salle de bain commune et chambres attenantes



CHAMBRE N°4 : DOUBLE

Tarif Individuel : 807 Euros
Offre Duo : 737 Euros/pers.



CHAMBRE N°5 : DOUBLE

Tarif Individuel : 807 Euros
Offre Duo : 737 Euros/pers.



CHAMBRE N°6 : DOUBLE PRIVÉE

Tarif Individuel : 847 Euros
Offre Duo : 777 Euros/pers.

A PROPOS DE NOUS

Sandrine est coach certifiée, hypnothérapeute et praticienne en PNL (programmation neuro-linguistique). En 2019, elle a fondé Kyrielle, à Genève, pour accompagner la libération de potentiel créateur. Elle vous guidera dans un ressourcement de l'esprit.



Jonathan est masseur-kinésithérapeute à Nice avec une spécialisation viscérale-deuxième cerveau. Il est aussi praticien en Reiki et en aromathérapie. Il se passionne pour la nutrition. Il sera votre guide physique et énergétique pendant le séjour.

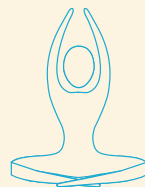
NOS SERVICES



Hypnose/PNL



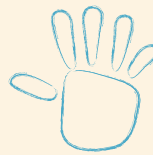
Coaching de vie



Bases Yoga, Méditation, Pranayama



Massage
thérapeutique/stretching



Reiki



Aromathérapie



Conseils nutrition

NOUS CONTACTER



Sandrine Larive

+41 79 515 50 31

centdrine@kyriellecoaching.com

<https://kyriellecoaching.com>

ou Jonathan Rennert

+33 6 20 14 73 18



Un questionnaire vous sera envoyé avant le séjour pour mieux vous connaître. Si vous avez des contraintes alimentaires, merci de le mentionner à la réservation.

" Plutôt que de nous battre horizontalement contre les vents de la vie pour aller à gauche ou à droite, nous devons changer d'altitude pour prendre un autre vent qui nous mènera dans une autre direction. En ce sens, la vie est un grand vol en ballon."

Bertrand Piccard