

MAGIC RETREAT

- PROGRAMME -

CLARTÉ DE L'INTUITION, PUISSANCE DE L'INTENTION

YOGA & DANSE, HYPNOSE, TAROTS, PNL, ÉLIXIRS FLORAUX

JEUDI 8 JUIN

INTENTION

15h30 – Ouverture

16h – Cercle d'intention, tirage d'oracles, carnet des sens & objectifs

18h – Flows yoga & danse – Méditation, purification, visualisation

20h – Dîner de bienvenue

P



VENDREDI 9 JUIN

LIBÉRATION

8h – Yoga & danse – Méditation, Pranayama, Visualisation –
Éveil du corps

9h30 – Petit déjeuner

10h30 – Body scan créatif –

Connexion au corps, nettoyage des états internes

11h45 – Rendez-vous individuels (Coaching, Tarots ou Soins)

13h – Déjeuner

14h30 – Temps pour soi (ou rendez-vous individuels)

15h30 – Hypnose nettoyage de printemps –

Accès aux mémoires, clarification, réorganisation interne

17h30 – Yin yoga – Me libérer – Apaisement énergétique

19h 30 – Dîner

P



SAMEDI 10 JUIN

CONNEXION

8h – Yoga – Méditation, Pranayama, Chant –
Vivre l'enthousiasme & célébrer sa beauté

9h30 – Petit déjeuner

10h30 – Hypnose Objectif réussite – Mise en place concret d'un
objectif, accéder à ses ressources, installer des apprentissages,
visualiser des étapes

11h45 – Rendez-vous individuels (Coaching, Tarots ou Kobido)

13h – Déjeuner

14h30 – Temps pour soi (ou rendez-vous individuels)

15h30 – Atelier d'écriture à soi

18h30 – Yoga & danse transcendantale

20h – Dîner

P



DIMANCHE 11 JUIN

TRANSFORMATION

8h30 – Yoga & danse – Accéder à soi

10h – Petit déjeuner

11h – Hypnose autobiographique –
Changer de point de vue, transformer sa vie,
confiance & estime de soi

12h30 – Déjeuner

14h – Séance de visualisation en mouvement & bain sonore

Atelier auto-massage énergétique du ventre aux huiles
bienfaitantes

15h30 – Cercle de fermeture

P

