

YOGA

'OPEN TO LOVE' RETREAT

SELINA GULLERY, SOPHIE LUFKIN, NICOLAS DARNAUGUILHEM

6 - 12 MAI 2018

SAMOËNS, HAUTE-SAVOIE (FR)



'OPEN TO LOVE' RETREAT

SELINA GULLERY, SOPHIE LUFKIN, NICOLAS DARNAUGUILHEM

6-12 MAI 2018, SAMOËNS (HAUTE-SAVOIE, FR)

Une retraite représente l'opportunité de nous extraire de notre dynamique quotidienne afin de porter un regard nouveau sur notre parcours de vie. Ces moments privilégiés nous permettent d'augmenter notre clarté intérieure, de recharger nos ressources énergétiques et de préparer l'ouverture du corps et du cœur au chemin de l'amour.

Rejoignez-nous pour cette semaine d'immersion consciente en pleine nature, au cœur de la beauté inspirante des Alpes. Nous pratiquerons le yoga et la méditation, goûterons aux plaisirs de la cuisine vivante, partirons cueillette de plantes sauvages et nous initierons au rituel shamanique de la cérémonie du cacao sacré.

Vous serez guidés par des êtres de lumière passionnés par leur art : Sophie Lufkin et Selina Gullery (Yoga & Méditation), Nicolas Darnauguilhem (Chef du restaurant Le Neptune à Genève), Charlotte Maas (Massages).

Nous serons hébergés au Dojo de la Piaz, magnifique ferme à Samoëns, dans les Alpes françaises, à 50 minutes de Genève.

Chambre 6 pers: 883€ | Chambre 3 pers: 925 €

Pré-inscription (jusqu'au 31 mars) | 10% de rabais

Des hébergements individuels sont également possibles dans les gîtes et hôtels environnants.

La participation inclut la pension complète, les enseignements, la cérémonie du cacao, une randonnée guidée et le bain nordique.

Massages Ayurvédiques aux huiles chaudes disponibles sur place (coût additionnel). Réservez à l'avance !

Information et inscriptions

sophie@lufkin.ch | +41 76 339 59 16

yoga@selinagullery.org | +49 172 656 81 43

www.yoganimals.ch | www.earthretreats.eu

