

« VOTRE PARCOURS RECONNEXION »
DU 17 AU 21 JUIN 2024

Se Ressourcer au Dauphin

* Inscription lors de la réservation ou
à la Cabane du Guide

Découvrez les SOINS individuels :

Meru
Marma
70€

Réservations sur Cool n'camp

Parcours Reconnexion AYURVEDA



LUNDI

9h30 **Eveil corporel** avec Nathann au Patio

18h : **Yoga** avec Eugénie, à la salle fleur de Pin

MARDI

9h30 **Yoga**, avec Eugénie, à la salle Fleur de Pins,

18h : **CONFERENCE AYURVEDA & nutrition :**

Une introduction à la médecine traditionnelle indienne, à ses secrets de santé et de longévité. A la paillote restaurant

MERCREDI

9h30 : **Eveil corporel** avec Précillia au Patio

18h : **ATELIER AYURVEDA - Connaissance**

de soi et méditation : La source du bonheur est en soi, dans cet atelier nous aborderons les pouvoirs de notre respiration, de la méditation et de la connaissance de soi pour cultiver la paix au quotidien en nous et autour de nous. A la paillote restaurant

JEUDI

9h30 : **Yoga**, avec Eugénie, à la salle fleur de pins

18h : **ATELIER AYURVEDA - sortir de l'anxiété :**

Un atelier pour prendre soin de notre système nerveux et mieux comprendre les troubles anxieux sous le regard de l'ayurveda. A la paillote restaurant

VENDREDI

9h30 **Méditation** avec Sabrina, à la salle fleur de Pin

16h30 **Visite des Jardins** avec Dany, rdv réception



Delphine, thérapeute en Ayurveda et psycho-énergie, conférencière et enseignante de yoga
www.delphinebarthere.com

Télécharger notre application :



« VOTRE PARCOURS RECONNEXION »

22 AU 26 JUIN 2024

Se Ressourcer au Dauphin

* Inscription lors de la réservation
ou à la Cabane du Guide

Parcours Reconnexion AYURVEDA



LUNDI

9h30 **Eveil corporel** avec Nathan au Patio

18h : **Yoga** avec Eugénie, à la salle fleur de Pins

MARDI

9h30 **Yoga** avec Eugénie, à la salle fleur de Pins

18h : **CONFERENCE AYURVEDA - Ayurveda & nutrition** : Une introduction à la médecine traditionnelle indienne, à ses secrets de santé et de longévité. Au restaurant la Paillote

MERCREDI

9h30 : **Yoga** avec Eugénie, à la salle fleur de Pins

18h : **ATELIER AYURVEDA- Connaissance de soi et méditation** : La source du bonheur est en soi, dans cet atelier nous aborderons les pouvoirs de notre respiration, de la méditation et de la connaissance de soi pour cultiver la paix au quotidien en nous et autour de nous. Au restaurant la Paillote

JEUDI

9h30 : **Eveil corporel** avec Nathan, au Patio

18h : **ATELIER AYURVEDA - sortir de l'anxiété** : Un atelier pour prendre soin de notre système nerveux et mieux comprendre les troubles anxieux sous le regard de l'ayurveda. Au restaurant la Paillote

VENDREDI

9h30 **Méditation** avec Sabrina, à la salle fleur de Pins

16h30 **Visite des Jardins** avec Dany, rdv réception

Découvrez les SOINS individuels :

Meru
Marma
70€

Réservations sur Cool n'camp

Télécharger notre application



Delphine, thérapeute en Ayurveda et psycho-énergie, conférencière et enseignante de yoga
www.delphinebarthere.com