

Se Ressourcer au Dauphin

« VOTRE VOYAGE HOLISTIQUE »

19, 20 ET 21 SEPTEMBRE 2026



**CONFÉRENCES ET ATELIERS
HOLISTIQUES**



QI QONG



**BALADE ET
DÉCOUVERTE MUSICALE
DES JARDINS**



MARCHE NORDIQUE



**MASSAGES *
DIMANCHE APRES MIDI**



COHÉSION & BIENVILLANCE

Votre parenthèse bien-être



avec Nicky thérapeute holistique,
Cherchez la cause dans l'esprit pour
enlever les symptômes du corps



VENDREDI 18/09

21h : Introduction au parcours et atelier du drapeau pour mieux se connaître, sous forme d'Art Thérapie

SAMEDI 19/09

9h30 : **Marche Nordique**, en dehors du camping

11h : Préparation à l'ascension du Voyage Holistique, trouver ses ressources, trouver son objectif

15h30 : **Balade et découverte musicale des Jardins**, rdv à la réception

21h : **Voyage Hypnotique**, parcourez une Randonnée Spirituelle, pour "Lâcher vos peurs et planter des graines de confiance" sous forme de méditation guidée

DIMANCHE 20/09

9h30 : **QI QONG** - Atelier bien-être sur le mouvement

11h : **Débrief sur la Randonnée**, Nicky répond à vos questions, suivi de la séance de l'échelle "Se libérer d'une dépendance"

12h30 : **Danse de la Célébration**

13h30 : Dégustation & saveurs offerte sous les paillotes du restaurant

POUR RESERVER

CONTACTEZ NOS RECEPTIONNISTES

04.28.29.70.74 / info@campingledauphin.com

Ce week-end holistique - niveau 2 a été créé pour vous permettre de **vous détendre, vous ressourcer, vous reconnecter à vous-même** tout au long de votre séjour au Dauphin.

Nous vous offrons ces ateliers et conférences, qui nous tiennent à cœur.

Des outils que vous pourrez mettre en pratique au quotidien.

DÉTAIL DES ATELIERS



Atelier du drapeau : Un atelier ludique pour mieux se connaître : connaître vos souhaits les plus profonds et vos ressources. Vous êtes la personne la plus importante de votre vie et "se découvrir " est la clé pour vous permettre d'évoluer et réussir à être vous-même, à vous aimer.



Préparation à l'ascension : Un moment pour soi et pour revenir à soi. Nicky vous fait découvrir le monde holistique, ce monde intérieur qui est "en nous". Il s'agit de chercher la cause dans l'esprit pour enlever les blocages et les symptômes du corps. Des outils précieux qui vont vous permettre de vous libérer et de vous retrouver lors de l'ascension.



Randonnée spirituelle vers l'ascension : Vivez l'expérience d'un voyage hypnotique, partez en randonnée avec Nicky afin de planter votre drapeau de confiance en haut de la montagne. Délaissez vous de vos poids et tout ce dont vous n'avez plus besoin, afin de grimper au sommet et accueillir l'abondance dans votre vie. *Pensez à prendre votre oreiller et une serviette.



L'expérience de l'échelle : Faites le débrief du voyage avec Nicky qui répond à vos questions, suivi de l'expérience de l'échelle "Se libérer d'une dépendance" connaître ses blocages et les dépasser afin de passer à la marche supérieur, pour vous sentir léger et serein.



QI QONG un atelier bien-être sur le mouvement * : Pratique douce chinoise mêlant mouvements lents, respiration et concentration pour harmoniser le corps et l'esprit. Idéale pour réduire le stress et améliorer l'énergie vitale.



Marche nordique : De bon matin, pratiquez la marche nordique, un rythme accéléré en plein air afin de vous aérer l'esprit et vous vider la tête.



Danse de la célébration : laissez votre corps se remplir de l'énergie du groupe, et se mettre "intuitivement" en mouvement, décomplexé et libre, votre énergie vitale prends toute sa place.

Nous vous souhaitons un merveilleux parcours holistique et un agréable séjour au Dauphin, entouré de toute notre bienveillance

places limitées*

POUR RESERVER

CONTACTEZ NOS RECEPTIONNISTES

04.28.29.70.74 / info@campingledauphin.com

