

CHEMINER VERS LE SOI

Yoga
Méditation
Nature
Alimentation Vivante
Étude des Sagesse



avec Audrey & Emmanuel

Du 14 au 16 juin 2024
Domaine des 7 Vallons
A partir de 664€

Au Programme

Pratiques de **Yoga** : atelier postural, Yin, Pranayama et Kriya

Samedi: 3 pratiques à 6h30, 10h30 et 17h

Cercles de **méditation**

Ateliers de réflexion en lien avec **la psychologie** des profondeurs

Étude des textes de la **philosophie indienne**

Randonnées en conscience



Le Lieu

Le Domaine des 7 Vallons est un endroit **entouré de nature**, dédié à l'accueil des pratiques spirituelles et artistiques

Les repas sont **végétariens**, savoureux et cuisinés en conscience

Les options **d'hébergement sont variées** selon le budget et le confort souhaité (solo, partagées, dortoirs, camping)

Infos Pratiques

Le prix de 540 euros comprend les enseignements de Yoga et les ateliers de réflexion

Ajouter le prix de l'hébergement et des repas selon le confort choisi: chambre partagée à partir de 124 € solo +246 €.

En train : arrivée en gare de Fîmes
Une navette assure le transport jusqu'au Domaine (12€/personne)

ou arrivée à Soissons et prévoir transport en Taxi (course d'environ 20€ par personne si partagée)

En voiture : à l'adresse: 1 rue du Routy le château
02160 Villers-en-Prayères

Pour réserver:
<https://domainedes7vallons.fr/reservationparticipants/>

correspondancesyoga@gmail.com