

BIEN-ÊTRE & QI-GONG

Laissez-nous vous accompagner dans le lâcher prise



- ✓ **ACCÈS SPA**
- ✓ **MASSAGES**
- ✓ **COURS DE QI-GONG**

Un séjour bien-être conçu pour s'encren dans l'instant présent et se reconnecter à son énergie profonde, en harmonie avec la nature.

Ce programme est axé sur le QiGong, les soins et massages décontractants, reposants, favorisant le lâcher prise et la relaxation profonde.

*Le contenu
des séjours*

A PARTIR DE

325€



ACCÈS BALNÉOTHÉRAPIE

Bains à remous, Sauna, Couloir de nage, Jets massants en accès illimité



SOINS & MASSAGES RELAXANTS

Des formules de 2 à 5 soins et massages entièrement personnalisables et adaptés à vos besoins, tous conçus pour retrouver un équilibre corps & esprit



COURS DE QI-GONG & ATELIER RESPIRATION

Un cours de Qi-Gong chaque matin. Au cours de chaque séance, vous apprendrez à canaliser votre énergie, à relâcher les tensions et à apaiser votre esprit. Un atelier sur la cohérence cardiaque vous sera offert en début de séjour



Les formules

BIEN-ÊTRE & QIGONG

3 JOURS / 2 NUITS / 2 SOINS / 3 ACTIVITÉS

A PARTIR DE 325€ PAR PERSONNE

- Accès libre au spa
- 2 cours de QiGong et promenades en forêt
- Atelier de respiration de Cohérence Cardiaque
- Massage complet aux huiles naturelles de 60 minutes
- Yoga du visage 20 minutes
- 2 dîners et petit-déjeuners



4 JOURS / 3 NUITS / 3 SOINS / 4 ACTIVITÉS

A PARTIR DE 490€ PAR PERSONNE

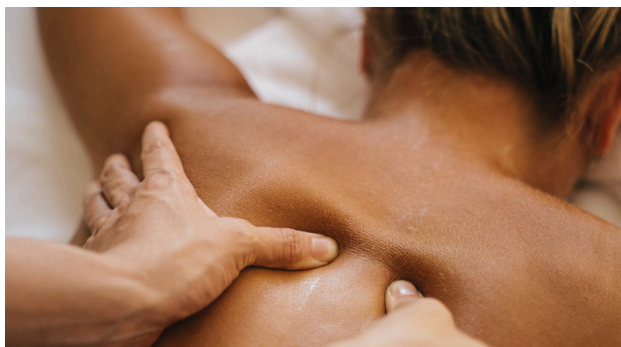
- Accès libre au spa
- 3 cours de QiGong et promenades en forêt
- Atelier de respiration de Cohérence Cardiaque
- 1 Gommage & Hydratation 30 minutes
- 1 Modelage crânien de 30 minutes
- 1 Massage complet aux huiles naturelles de 60 minutes



5 JOURS / 4 NUITS / 4 SOINS / 5 ACTIVITÉS

A PARTIR DE 655€ PAR PERSONNE

- Accès libre au spa
- 4 cours de QiGong et 4 promenades en forêt
- Atelier de respiration de Cohérence Cardiaque
- 1 Gommage & Hydratation 30 minutes
- 1 Modelage crânien de 30 minutes
- 1 Massage complet aux huiles naturelles de 60 minutes
- Enveloppement corporel au Thé Vert



6 JOURS / 5 NUITS / 5 SOINS / 6 ACTIVITÉS

A PARTIR DE 820€ PAR PERSONNE

- Accès libre au spa
- 5 cours de QiGong et promenades en forêt
- Atelier de respiration de Cohérence Cardiaque
- 1 Gommage & Hydratation 30 minutes
- 1 Modelage crânien de 30 minutes
- 1 Massage complet aux huiles naturelles de 60 minutes
- Enveloppement corporel au Thé Vert
- Yoga du visage 20 minutes

