**RETRAITE**

**AUX BALEARES A MAJORQUE**

**DU 21 AU 25 AVRIL 2023**

Nous vous proposons de plonger pour une expérience **vibrante et ressourçante** dans un cadre d’exception pour goûter à la magie de la vie !

Oui vous en rêviez et nous l’avons organisé !

Le monde toujours remuant, nous enseigne à **revenir à l’instant présent** et à prendre soin de nous. C’est pourquoi nous vous proposons une vraie pause, dans un cocon de beauté, pour **retrouver le lien à votre corps et vivre une reconnexion.**

Programme de la retraite de 5 jours :

La retraite démarre dimanche 21 avril à 16h et se termine jeudi 25 avril à midi.

Nous prendrons le temps de **dynamiser et soigner notre corps** en découvrant ou en approfondissant notre pratique quotidienne de **yoga** (yin yoga et yoga au féminin, pratique dynamique le matin avec pranayama).

Nous goûterons à la **méditation** et au plaisir de l’éveil des sens grâce à des **exercices sensitifs** qui calment le mental agité.

Nous pratiquerons différents **rituels de guérison** ainsi que la médecine de la parole tous en **cercles**.

Nous voyagerons avec la **médecine du Cacao** lors d’une **cérémonie de pleine lune**.

Nous pratiquerons **les voyages et visualisations** au son du **tambour chamanique**.

Et bien sûr des temps de **farniente** et de **nage** dans la sublime piscine du domaine !

**Majorque** est une des trois îles qui composent l’archipel des **Baléares** en Espagne. Cet écrin paradisiaque est réputé pour ses **plages et criques** protégées, ses montagnes en calcaire ainsi que ses ruines maures et romaines. La capitale est Palma, connue pour ses nuits festives, son palais royal et sa cathédrale du XIIIe siècle.

Notre domaine se situe dans le **village d’Alaro**, à l’Ouest de l’île, idéal pour découvrir les différents panoramas, les plages ou la montagne.

Le domaine propose des **prestations hôtelières de haute gamme**, vous aurez ainsi tout le confort et l’espace dont vous avez besoin.

Tarifs :

**early bird** avant le 31 décembre :

865 euros (chambre partagée) ou

940 euros (chambre seule)

après le 31 décembre :

915 euros (chambre partagée) ou

990 euros (chambre seule)

**Possibilité d'échelonner les paiements**

Le prix comprend :

Tous les repas : petits déjeuners, déjeuners, dîners et collations (sauf boissons alcoolisés).

Toutes les nuitées

Toutes les activités proposées de la retraite

Accès à la piscine de la villa

Le prix ne comprend pas :
Les billets d’avion : Paris / Majorque (en moyenne : 120 euros A/R)

Les transferts aéroport-domaine (taxi à partager à plusieurs selon les arrivées et départs de chacun)

Assurances annulation et assistance-rapatriement
Les boissons des repas (hors eau minérale)

Réservation :

Paiement d'un acompte de 100 euros pour valider l'inscription

Paiement du solde au plus tard 15 jours avant le départ, soit le 6 avril 2023

En cas d'annulation, l'acompte sera retenu.