



PROGRAMMATION

Ralentis & Médite avec Marianne Regaudie



VENDREDI

14h00 à 18h00 Arrivée, temps libres pour profiter des installations du Spa Eastman

18h30 Souper

20h00 Rencontre de présentation et méditation détente

SAMEDI

7h15 Méditation matinale

8h00 Déjeuner

9h00 - 11h30 Enseignement / Activité

12h00 Diner

13h00 - 16h30 Temps libre pour profiter des installations

17h00 - 19h00 Enseignement / Activité

19h30 Souper

DIMANCHE

Note: *Votre chambre doit être libérée avant 11h00*

7h15 Méditation matinale

8h00 Déjeuner

9h00 - 11h30 Enseignement / Activité

12h00 Diner

13h30 - 18h00 Temps libre et accès aux installations