

Programmation Boost Énergétique « À Cœur Ouvert »

5 au 8 septembre 2024

Jeudi 5 septembre

14 h 00 - 16 h 00	Arrivée et enregistrement du séjour
16 h 00 - 16 h 15	Visite de familiarisation « Les 6 piliers mieux-être du Spa Eastman » Rendez-vous à la réception
17 h 00	Accueil et présentation des activités et ateliers – Salle Waridel, pavillon Oasis 1
18 h 00	Souper
20 h - 21 h 00	Voyage Soins Sonores

Vendredi 6 septembre

7 h 30 - 8 h 30	Déjeuner
9 h 00 - 11 h 30	Méditation guidée & Cérémonie de purification Thèmes : Les fréquences et leur effet sur votre santé
12 h 00	Diner
	Après-midi libre pour profiter des activités et installations
16 h 30 – 18 h 00	Voyages Soins Sonores Thèmes : Peur ou Cœur
18 h 30	Souper
	Soirée Libre

Samedi 7 septembre

7 h 00 – 8 h 30	Déjeuner
9 h 00 – 11 h 30	Méditation guidée avec Bols de cristal Chants et Mantras Thèmes : Manifestation et le pouvoir créateur Cérémonie d'intention Cérémonie de cacao
12 h 00	Diner
14 h - 16 h 30	Cercle d'énergie : l'intensité du groupe et son pouvoir créatif
16 h 30 à 18 h	Temps libre
18 h 30	Souper & Soirée libre

Dimanche 8 septembre

7 h 00 à 8 h 30	Déjeuner
9 h 00 à 12 h 00	Thèmes : La puissance libératrice du pardon Cercle de tambours (1 tambour pour chaque participante) La vibration du cœur Cercle de fermeture
12 h 00	Diner et après-midi libre