

Connexion à sa boussole intérieure

13 mars au 20 Mars 2024

Avec Amandine Mam'zelle Bien-être

Rando Exploration des chakras dans le désert tunisien.

789€ l'accompagnement et le trekking (hors vol)

«Le voyage c'est d'aller de soi à soi en passant par les autres»

Proverbe Touareg

Le voyage en quelques mots:

Exploration Connexion Découverte Rencontre Mouvement Conscience
Lumière

Le voyage en quelques chiffres:

7 jours 7 chakras 5 sens 4 directions 4 éléments

Le voyage en quelques actions:

Marcher Respirer Voir Entendre Toucher Ressentir

Ce séjour est une invitation à vous connecter à vos sens et à écouter votre boussole intérieure au cœur du désert.

Loin de l'agitation du quotidien, déconnecté du numérique, la randonnée se fera au rythme de la caravane (chameliers dromadaires et voyageurs).

Nous marcherons en conscience dans l'immensité de la nature.

Je vous propose chaque jour l'exploration d'un chakras (chakra = centre énergétique en médecine ayurvédique). Les journées seront ponctuées par des ateliers (massage, écriture, dessin, partage...)

La rencontre avec le désert, les chameliers, les dromadaires et le groupe seront autant d'opportunités pour aller à la rencontre de vous même.

Je vous accompagne dans cette aventure avec joie, douceur et bienveillance.

Mon site : www.mamzellebienetre.fr

Mail : contact.mamzellebienetre@gmail.com

Mon portable : 07. 72. 38. 28. 70

