

*SynergiE* vous propose...

Un week-end de 3 jours pour vous ressourcer, au Petit Château de Roquetaillade, dans la vallée de la Muse, situé dans l'Aveyron (près de Millau).

**Du vendredi 7 août au lundi 10 août 2020**

(Arrivée le vendredi après-midi et départ le lundi après le repas de midi)

Trois jours pour revenir à l'essentiel, à votre rythme interne, vos sensations, la Vie et son mouvement, en conscience.



**Activités proposées :**

- Yoga
- Auto - massage
- Cercle de sagesse
- Méditation
- Danse
- Randonnée
- Co - création d'un conte oral
- Yoga - nidra
- Yoga - massage
- Temps calmes

(Massage individuel à la demande)

**Tarifs :** 310 € en chambre de groupe (4 et +)  
330 € en chambre partagée (2)  
360€ en chambre individuelle

Ce tarif comprend l'hébergement, les 3 repas quotidiens (végétariens) et les pratiques.

Arrhes de confirmation de présence : 100 €

Places limitées !!

Clôture des inscriptions le 17 juillet 2020.

**Réservations et infos :**

- *Joëlle* : 06.25.22.40.91
- *Julie* : 06.27.15.03.24
- *Elsa* : 06.66.53.82.94

Mail : [synergie.lunel@yahoo.com](mailto:synergie.lunel@yahoo.com)

FB : [@synergielunel](https://www.facebook.com/synergielunel)