

# Programme du week-end

Vendredi 17h

Accueil des participants

Atelier Apéro Dinatoire

Concert Méditatif

## Samedi Dimanche

**Méditation**

Stretching d'ouverture

Relaxation dynamique

Atelier éveil culinaire

Repas

Relaxation dynamique

Atelier coaching corporel

Atelier éveil culinaire

Repas

Danse Médecine

Atelier Brunch

Atelier huile essentielle

Auto-massage

Soirée surprise

Lundi 10h

Départ