

Séjour d'éveil sensoriel

du 1 au 4 Mai 2026



**Barbara
DELACOURT**
Energéticienne



**Nathalie
BAUMANN**
Lithothérapeute



**Jean Christophe
LELIEVRE**
Qi Gong Vietnamien

**Venez expérimenter, l'esprit par la méditation et les voyages
au tambour, la sensibilisation par le ressenti des éléments divers
et le corps à travers une pratique martiale douce
et des marches en conscience.**

Présence exceptionnelle de **Philippe Guillemant**
pour une conférence sur les vibrations de la conscience le samedi soir.

550 € tout compris les 3 jours

Arrivée le 1er Mai à partir de 14:00, départ le 4 Mai fin de matinée

**Vous serez accueillis à la ferme de Charnes à Saint Geniez 04200
en chambre de 2 personnes avec salle de bains.**

**Petit groupe de 6 à 12 personnes maximum pour le bien être de chacun,
dans l'écoute et la bienveillance.**

Réservation et renseignements :
delacourt.barbara@orange.fr / 06 18 06 36 46



Planning des 3 jours

Journée du 1er Mai

- 15:30 - Nathalie (Experimentation des pierres)
- 16:30 - J.Christophe Pratique martiale (initiation)
- 17:30 - Barbara (Méditation)
- 20:00 - Diner
- 21:30 - Lectures et partage

Journée du samedi 2 Mai

- 8:30 - J.Christophe (Qi Gong)
- 9:15 - Petit déjeuner
- 10:00 - Nathalie (Experimentation des éléments)
- 11:00 - Barbara (Méditation)
- 12:30 - Déjeuner
- 14:00 - Marche en conscience
- 15:00 - Barbara (Méditation)
- 15:45 - Nathalie (Energie à l'intérieur de soi)
- 16:45 - J.Christophe Pratique martiale (initiation)
- 18:15 - Barbara (Yoga Nidra)
- 20:00 - Diner

21:00 - Conférence Philippe Guillemant

Journée du dimanche 3 Mai

- 8:30 - J.Christophe (Qi Gong)
- 9:15 - Petit déjeuner
- 10:00 - Marche
- 11:00 - Barbara (Méditation)
- 12:30 - Déjeuner
- 14:00 - Repos
- 15:00 - Barbara (Voyage sonore)
- 15:45 - Nathalie (Harmonisation)
- 17:00 - J.Christophe Pratique martiale (initiation)
- 18:30 - Barbara (Yoga Nidra)
- 20:00 - Diner
- 21:00 - partage d'expériences et lectures

