

Venez passer  
**votre WEEK-END BIEN-ÊTRE**  
**à l'Abbaye de Belval** (Troisvaux, 62130)  
et prenez soin de vous !

  
**Samedi 25**  
**& dimanche 26 septembre 2021**

**Entre 9h et 17h**  
**séances individuelles (45mn)**  
**& collectives (45mn ou 1h15)**

**Tarifs**

**1 séance : 30€**

**2 séances : 50€**

**3 séances (2 indiv. maxi et 1 collective) : 70€**

**4 séances (3 indiv. maxi et 1 collective) : 80€**

**Repas le midi sur réservation : 14€/personne**

  
**Et pour patienter entre 2 séances :**  
**stands à votre disposition**

**Réservation à partir du 16 août**  
**auprès de Françoise : 06 43 57 36 44**

*Journée organisée par*



# Programme samedi

## Séances individuelles

Réflexologie  
Shiatsu  
Soin énergétique  
Méthode Trager  
Reiki  
Magnétisme  
Iridologie  
Lithothérapie  
Sophrologie  
Conseils indiv. Fleurs de Bach  
Lahochi  
Accompagnement ayurvédique  
Massage bien-être

## Séances collectives

9h00 Arbre de vie  
10h00 Bain de forêt  
10h30 Géobiologie  
14h00 Bain de forêt  
Géobiologie  
15h00 Arbre de Vie  
17h00 Pot de l'amitié

9h00 et 15h30 : conférence

**« Les constellations familiales » par Kahdija Ouztit**  
(tarif en pleine conscience, non inclus dans les séances)



# Programme dimanche

10h00 - 12h00 : Marche en conscience  
(Offerte par l'association Ternois Bien-Être)

## Séances individuelles

**(après-midi uniquement)**

Réflexologie  
Shiatsu  
Soin énergétique  
Méthode Trager  
Reiki  
Magnétisme  
Iridologie  
Lithothérapie  
Sophrologie  
EFT  
Massage bien-être  
Accompagnement ayurvédique

## Séances collectives

14h00 Méditation sonore  
Bain de forêt  
Fleurs de Bach  
16h00 Yoga du rire  
16h00 Vivre en pleine conscience  
17h30 Pot de l'amitié

