



i Du vendredi 07 juin 2024 au dimanche 09 juin

Dans le cocon de nature sauvage et paisible de l'écovillage, profitez de ce pur moment de retrouvailles avec vous-même et la douceur de vivre.

La *Fujithérapie* est une approche japonaise millénaire ; L'énergie des pierres combinée aux soins de massothérapie amène une détente profonde et un rééquilibrage général.

Pour être en santé nous avons besoin d'un flux corporel harmonieux que nous devons joindre à la santé mentale et émotionnelle. Nous en parlerons ensemble.

La forêt profonde, le SPA, la piscine, les saunas finlandais au bois, tout sera propice à notre équilibre et à notre joie de vivre.

Johanna vous accueillera et accompagnera dans ce voyage paisible et structurant (Tel 06-26-01-64-88)

Pour qui ?

Toutes les personnes désirant se ressourcer, prendre soin de leurs corps avec une détente profonde et un relâchement musculaire total.

En effet la Fujithérapie a pour bienfaits d'ôter les blocages énergétiques, de soulager les douleurs lombaires et articulaires et de débloquer les tensions.

Par contre ce massage ne convient pas aux femmes enceintes, aux enfants et aux personnes ayant des problèmes cardiaques ou de l'hypertension.

D'autres massages sans contre-indications seront proposés.

Quel contenu ?

Le séjour bien être se déroulera sur trois jours du vendredi matin au dimanche après-midi, avec des séances de méditations et réveils corporels, balade en forêt, cercles d'échanges, vous aurez accès au SPA, piscine chauffée, Sauna Finlandais.

Plusieurs massages seront proposés tel que la Fujithérapie (massage corps complet aux pierres chaudes 1h45), le massage holistique (massage corps complet, doux et enveloppant pour se réapproprier son schéma corporel 1h30), soin coup d'éclat visage (45 min) et le massage traditionnel indien du crâne (45 min).

Où ?

En Sud Aveyron... nous vous accueillons dans la tranquillité et l'enchantement des prés, vallons, et forêts de l'éco hameau des 3 sources...

Possibilité d'hébergement sur place à l'éco hameau, pour tous les budgets, en solitude ou en groupe.

Quand ?

Du vendredi 07/06/2024 au dimanche 09/06/2024

Avec qui ? (animateurs et contributeurs)

Raphael Van de Par :

Johanna Faynot (massothérapeute, énergéticienne, thérapie holistique)

Julie Cara (Esthéticienne, masseuse bien être)