



ACTUALITÉ N°7

JOURNÉE FÉMINITUDE

Et si vous passiez une journée 100% féminine, à penser uniquement à votre bien-être dans notre prestigieux château ?

C'est au cœur de notre cadre bucolique, le Château Bas d'Aumelas, que nous vous invitons le jeudi 15 juin pour partager un instant 100% féminin. Nous invitons 2 coachs passionnées pour vous transmettre des outils de développement personnel. Tout au long de la journée, des ateliers seront organisés pour vous accompagner dans votre bien-être :

PROGRAMME MATIN

ACCUEIL

à 10h avec croissants, thé et café -

COACHING

créer de nouvelles connexions neuronales par l'affirmation positive

DÉJEUNER

PROGRAMME APRÈS-MIDI

NOS CYCLES FÉMININS

Les connaître, les comprendre et vivre à leur rythme

COACHING SUR NOS BESOINS

Quels sont nos vrais besoins ? Comment les respecter au quotidien ?

MÉDITATION GUIDÉE

Relaxation & connexion

Terminez la journée en beauté avec une

VISITE DE LA CAVE & DÉGUSTATION
DE NOS GRANDS VINS

INFORMATIONS :

De 10h à 18h au Château Bas d'Aumelas
59€/personne la journée avec la dégustation des vins
Informations et réservations à samataspirit@gmail.com ou au 06.81.89.34.09

RÉSERVATIONS