

L'Agence Belle Montagne au Grand-Bornand, a le plaisir de vous proposer le séjour **HARMONIE**



Il comprend :

- ♥ **l'hébergement** en studio équipé, de catégorie 2*, pour 2 personnes, pendant 7 nuits du samedi au samedi
- ♥ **1 stage de Yoga : 3 séances de 1h**
Prendre soin de soi et se reconnecter à soi-même. Espace d'harmonie, de force et de sérénité
- ♥ **1 séance de sophrologie de 1h30**
Se libérer des tensions physiques et mentales. Utiliser ses ressources intérieures pour optimiser son quotidien
- ♥ **1 séance d'auto-hypnose de 1h30**
Accéder à son inconscient, communiquer avec lui dans le but de créer un changement positif de comportement

Les séances de yoga, sophrologie, hypnose sont encadrées par Catherine Romier-Meyer, professeur diplômée FNEY.

- ♥ **1 séance au spa de 2 heures : sauna, hammam, fitness, jacuzzi extérieur**
- ♥ les **navettes** de la station et des Aravis
- ♥ **dates** : du 15 juin au 28 septembre 2019

Tarif : à partir de 230 € par personne*

Conditions de réservation :

*Tarif sous réserve de disponibilités selon notre sélection.
Autre nombre de personnes ou type d'appartement : devis sur demande.