

Besoin de **prendre du temps** pour vous ?
De vous reconnecter à vous-même et à votre **corps** ?
De faire une **pause** pour **réfléchir** ?
À vos rêves, vos objectifs ? De retrouver un **sens** à votre vie ?
De prendre des **décisions** ?
De savoir où vous allez ?

4 jours Au cœur de soi

Mieux se connaître pour trouver sa juste place

Retrouvez un **alignement physique, émotionnel et mental**
Découvrez des **outils pour vous épanouir et vous réaliser**.

Le séjour comprend :

- 4 jours/3 nuits en **pension complète** (du jeudi matin au dimanche après-midi)
- 4 ateliers de **coaching collectif** animés par Paola Gardellin, coach professionnelle certifiée et fondatrice de REVEALIS
- des séances quotidiennes de **yoga** et de **méditation**
- 2 **marches** en montagne
- Un accès quotidien à un **espace bien-être** (jacuzzi et sauna)

Vous serez hébergé.e en chambre double / partagée dans la résidence Les 3 Sommets au cœur du parc naturel de la Chartreuse (→ les3sommets.fr).



850€

Du jeudi 29 mai
au dimanche 1^{er} juin 2025
(paiement en plusieurs fois possible)

Réservez votre place dès maintenant !
(Le groupe est limité à 10 personnes)

→ www.revealis.fr/au-coeur-de-soi

