



EXPRIMEZ VOTRE  
CRÉATIVITÉ

— *Du 15 au 17* —  
*mars 2024*

WEEK-END YOGA  
ET NATUROPATHIE



# EXPRIMEZ VOTRE CRÉATIVITÉ

**Hatha yoga, méditation  
Ateliers réveil des sens :  
cuisine naturelle équilibrée et  
créative, expression picturale,  
danse intuitive**

**Groupe de 12 à 14 personnes  
Tous niveaux de pratique**





## Hébergement

**Centre zen du moulin de Vaux**  
**<https://moulindevaux.eu>**

**Chambres de 2 personnes**

Possibilité de chambre individuelle sur demande

**Pension complète (menus végétariens) - Jacuzzi**

## Tarifs et inscription

**370 euros, pension complète**

**100 euros d'arrhes + fiche d'inscription**

## Horaires

**Accueil le 15 mars 2024 entre 17h et 19h**

**Fin du stage le 17 mars 2024 à 17h**

# Animation



**Régine Thomet**  
**Naturopathe et sophrologue**  
**(CENATHO)**

Tel : 06 10 57 73 03 - [reginathomet@yahoo.fr](mailto:reginathomet@yahoo.fr)  
[www.sophronaturo78.fr](http://www.sophronaturo78.fr) - Sartrouville (78)



**Caroline Brassart**  
**Professeur de yoga - yogathérapie**  
**(Ecole française de yoga de Paris - Shantyoga)**

Tel : 06 29 27 10 28 - [resonanceyoga@orange.fr](mailto:resonanceyoga@orange.fr)  
[www.resonanceyoga.fr](http://www.resonanceyoga.fr) - Sartrouville (78)