

11 au 13 octobre 2024
Nominuingue, Laurentides 📍

HORAIRE DU WEEKEND

Vendredi le 11 octobre

ARRIVÉE À PARTIR DE 13H00

APRÈS-MIDI ENTRE 13H00 ET 16H00

- TEMPS POUR S'INSTALLER,
VISITER LES LIEUX & TEMPS LIBRE
(RELAXATION, MARCHE, KAYAK, PADDLE
BOARD, VTT ETC)

***L'IMMERSION COMMENCE
OFFICIELLEMENT À 16H00***

- MOT DE BIENVENUE
(DÉROULEMENT DU WEEKEND, REMISE DU
CADEAU D'UNE VALEUR DE 100\$ & JOURNAL
DE RÉTROSPECTIVE 2024)

- 5 À 7 (COCKTAIL & BOUCHÉES STYLE TAPAS)
TOUT EN APPRENANT À FAIRE CONNAISSANCE

TEMPS LIBRE 20H00 AU COUCHER

11 au 13 octobre 2024
Nominingue, Laurentides 📍

HORAIRE DU WEEKEND

Samedi le 12 octobre

DÉJEUNER 6H30 & 8H30

AVANT-MIDI 9H00

- MÉDITATION GUIDÉE

- RANDONNÉE EN NATURE (*RELAIS VIGER*)

- ATELIER D'HARMONISATION AVEC LES 4 ÉLÉMENTS

DÎNER 12H00

- BAR À SALADE & BOUCHÉES FROIDES

APRÈS-MIDI 13H00

- ACTIVITÉ LIBRE

(ACTIVITÉ AU CHOIX : PADDLE BOARD, MARCHE, KAYAK,
VTT, TIRAGE DE TAROT, FEU EXTÉRIEUR, LECTURE, ETC)

SOUPER 18H00

- RACLETTE & FONDU

(APPORTER VOTRE BOISSON **NON-ALCOOLISÉE**)

SOIRÉE AUTOUR DU FEU 20H00

- ATELIER PARTAGE/LIBÉRATION

IMMERSION EN NATURE
Retour aux sources

11 au 13 octobre 2024
Nominique, Laurentides 

HORAIRE DU WEEKEND

Dimanche le 13 octobre

DÉJEUNER 7H00 & 9H00

AVANT-MIDI 9H30

- ÉCHANGE DE GROUPE & RÉTROSPECTIVE 2024

- ACTIVITÉ LIBRE (ACTIVITÉ AU CHOIX : PADDLE BOARD,
MARCHE, KAYAK, VTT, TIRAGE DE TAROT, FEU
EXTÉRIEUR, LECTURE, ETC)

DÎNER 12H00

- BAR À SALADE & BOUCHÉES FROIDES

APRÈS-MIDI 13H30

- ATELIER & MÉDITATION POUR AUGMENTER SON
NIVEAU D'ÉNERGIE ET BOOSTER SON SYSTÈME
IMMUNITAIRE

DÉPART VERS 15H00