



LES LODGES TAIZEN

votre bulle de reconnexion

VIVEZ UNE EXPÉRIENCE INTÉRIEURE RELIANT L'ESPRIT, L'ÂME ET LE CORPS.

RENSEIGNEMENTS & PRISE DE RENDEZ-VOUS

Vous souhaitez sortir du stress et faire le vide dans votre tête. Mieux gérer vos émotions, vos pensées en toutes circonstances pour développer votre potentiel illimité et gagner en mieux être, clarté, sérénité, et certitude.

Venez prendre soin de vous !

Faites votre réservation en amont de
votre séjour pour garantir votre place.

+33 6 85 20 60 99



LES LODGES TAIZEN

votre bulle de reconnexion

DÉTENTE A LA CARTE

MASSAGE DES 5 CONTINENTS 1h30

Libération des tensions et du stress cristallisés dans le corps et ré harmonisation énergétique. Le **massage** le plus complet appliqué à toutes les zones du corps pour renforcer l'immunité et relancer l'énergie **140€**

RESPIRATION LIBERATRICE 1h30

Séance individuelle de **respiration connectée** et de libération du stress, de l'anxiété et des blocages dans votre vie et votre corps.

Un outils incroyable à découvrir et à pratiquer pour un état plus apaisé dans votre quotidien. **140€**

SEANCE DE RECONDITIONNEMENT AU BIEN-ETRE INTERIEUR ET A LA MANIFESTATION 1h30

Séance individuelle d'entraînement à la **reprogrammation de son cerveau au bien-être** pour une vie plus épanouie, sereine et abondante malgré les complexités. Création de **nouveaux circuits neuronaux de confiance**, joie, détermination, paix dans votre subconscient. **140€**



LES LODGES TAIZEN

vosre bulle de reconnexion

DÉTENTE A LA CARTE

YOGA SAMARA 1h

Séance individuelle de Yoga Samara. Le Yoga Samara est un yoga doux aidant à mieux faire circuler l'énergie vitale.

C'est un yoga en mouvements qui se pratique en musique, accessible à tous. Il est considéré comme le secret de l'éternelle jeunesse. Il nous harmonise à tous les niveaux. Physiquement, les maux de dos disparaissent, les émotions s'apaisent, les pensées deviennent plus claires...

60€

FITNESS 1h

Un programme sportif personnalisé, où vous prendrez part à une séance savamment construite et ludique pour toujours y prendre du plaisir et faire du sport quelque chose d'agréable.

60€

COACHING ENERGIE NUTRITIONNELLE

1h30

Séance individuelle de coaching en énergie, nutrition, vitalité et minceur par les combinaisons alimentaires. Cette méthode alimentaire met la priorité sur la bonne digestion des aliments ; allie plaisir et bien-être.

Mangez de tout, mais aux bons moments !

140€



LES FORMULES ZEN

BULLE D'ENERGIE

240€ 2 activités

- ☐ 1 massage
- ☐ 1 séance de respiration libératrice ou de 1 coaching de reconditionnement au bien-être intérieur et de manifestation de ses désirs

RECONNEXION A SOI

360€ 3 activités

- ☐ 1 massage
- ☐ 1 séance de respiration libératrice
- ☐ 1 coachings de reconditionnement au bien-être intérieur et de manifestation de ses désirs

HAPPYNESS

560€ 5 activités

- ☐ 1 séance personnalisée de yoga
- ☐ 2 séances de respiration libératrice
- ☐ 2 coachings de reconditionnement au bien-être intérieur et de manifestation de ses désirs

RENAISSANCE

970€ 9 activités

- ☐ 1 séance personnalisée de yoga
- ☐ 2 séances de respiration libératrice
- ☐ 3 coachings de reconditionnement au bien-être intérieur et de manifestation de ses désirs
- ☐ 1 massage
- ☐ 1 séance de fitness
- ☐ 1 coaching nutrition