

Stage : 6 au 8 octobre dans les Pyrénées.  
Parenthèse enchantée du corps et de l'esprit :  
Bien être et Brame du Cerf



Deux jours « de pause » et de bien-être afin de vous préparer aux énergies d'automne, vous ressourcer dans la nature, dans un lieu haut en vibrations énergétiques, face aux montagnes.

Laisser resplendir votre lumière intérieure, faire du bien à vos corps physique, mental, émotionnel.

Ce stage est dédié à l'Amour de soi, se remplir des énergies de la Nature, connexion et communication avec le cerf, roi des forêts.

C'est la période du brame du cerf, la saison des amours. Son chant puissant résonne dans la forêt et à l'intérieur de vous.

Se remplir des énergies et de la force qu'il nous transmet au travers des sons qu'il émet.



Nous profiterons également des énergies de la pleine Lune...

## Programme :

### Vendredi 6 octobre :

A partir de 16h arrivée et installation au gîte le Saloyan

- 17h, méditation : se connecter aux énergies du lieu, prendre conscience de son corps
- activité libre : ballade, détente en conscience au spa
- dîner
- se connecter au brame du cerf

### Samedi 7 octobre :

- ouverture du chakra du cœur
- travail avec le Rayon Rose de l'Amour de soi
- voyage vers son centre intérieur, accompagné du son du tambour
- déjeuner
- après-midi : initiation à la réflexologie plantaire dans la nature, par la marche pieds nus, accompagné de Nathanaël, guide de montagne
- activité libre: ballade, intégration, spa
- dîner
- écoute et connexion au brame du cerf

### Dimanche 8 octobre

- méditation
- travail guidé en fonction du groupe
- promenade en conscience
- déjeuner
- fin de stage vers 16h

Possibilité, en fonction du nombre d'inscrit, d'une activité « la petite Amazonie » randonnée les pieds dans l'eau, le dimanche matin, avec Nathanaël.

Le programme peut varier en fonction de la météo et du groupe.



## Lieu d'hébergement :

### Gîte Spa Le Solayan (Haute-Garonne)

Magnifique écogîte, 4 épis, en pleine nature, face à la montagne.



Il est doté d'un spa composé d'une piscine intérieure chauffée, jacuzzi, bain nordique, sauna.



Plusieurs terrasses entourent le gîte, propice à des moments de repos. Une yourte écologique et naturelle pour les moments de méditation.



Une bibliothèque, un billard

### Les repas :

Une cuisine locale, authentique et végétarienne vous sera servie dans un bel environnement et une ambiance chaleureuse.

<http://www.solayan-nature.com/accueil.html>

## Tarifs et conditions de stage et d'hébergement :

Stage et guide de montagne : 260 €

Réservation : 75,00 € à l'ordre de Muriel Noël

- hébergement en pension complète du vendredi soir au dimanche midi inclus (hors boissons).
- Chambre de deux à trois personnes
- draps et serviettes de toilette fournis
- entrée au spa
- yourte stage

Tarif hébergement : 195 €

Votre réservation pour l'hébergement est à faire directement auprès du gîte (un acompte de 30% est à leur envoyer dès votre inscription).

58,50 € à régler au gîte directement

Anne-Laure et Olivier Sierra  
Le Solayan, Gîte & Spa  
05.61.88.57.68  
06.07.50.89.42

### Conditions d'annulation du gîte et du stage :

A noter pour information, nos conditions générales dans le cas d'annulation partielle ou totale du séjour :

- Annulation du séjour à compter de la réservation : 30% du séjour dû, soit l'acompte.
- Annulation intervenant dans les 15 jours avant la réservation : 50% du séjour dû
- Annulation intervenant dans les 7 jours avant la réservation : 100% du séjour dû

## Récapitulatif du stage :

### Lieu :

Le Saloyan- Couledoux  
Le Souleignan  
31160 Aspet

### Dates :

6 octobre 17h au 8 octobre après-midi

### Tarif :

Stage et accompagnateur 260 €+ hébergement 195 €= 455 €

### Option supplémentaire :

Possibilité de rester sur place le dimanche soir : 55€(repas du soir, nuit et petit déjeuner du lundi)  
Prévenir directement le gîte.

Je reste à votre disposition pour toutes informations complémentaires.

Muriel Noël  
2364 Vieille route de Montauban  
82350 Albias  
0632220794  
[muriel.tissaia@gmail.com](mailto:muriel.tissaia@gmail.com)

<http://www.lesmondesdetissaia.com/>

