



Dans un chalet à Héry sur Ugine

Le 17 et 18 mai 2014

Stage ATELIERS BIEN-ETRE



*Cueillette et transformation de plantes
en baume de massage.*

Détente du dos par le massage-bien-être.

Confection d'encens végétal.



Découvrir le massage-bien-être à 4 mains.



Sabrina Millot et Alain Broissand

120€ fournitures, hébergement et repas compris.

Renseignements : Sabrina 06 73 01 41 35 / Alain 06 06 49 41 46

Stage ATELIERS BIEN-ETRE

En plein cœur de la magnifique Vallée des Aravis, vous logerez dans un chalet typiquement savoyard, avec un intérieur simple, mais authentique.

Apprendre à reconnaître les plantes sauvages, découvrir leurs vertus et utilisations, comment élaborer des préparations, telles que baumes et encens.

Découvrez le massage-bien-être, de façon simple et créative, sans idée de soin, juste un moment de détente à partager avec ses proches.

Samedi

Accueil des stagiaires

Atelier apprendre à reconnaître les plantes et cueillette

Repas, avec partage des tartes que chacun apportera

Atelier massage (détente du dos)

Repas

Atelier élaboration d'un baume

Dimanche

Petit déjeuner

Atelier massage (à 4 mains)

Repas

Atelier encens

Goûter et départ



Date : Samedi 17 et dimanche 18 mai 2014

Horaire : 10h le samedi à 16h30 le dimanche

Tarif : 120 € (50€ à l'inscription, le solde à la fin du stage)

Nombre de places : 8

Tarifs dégressifs : pour des inscriptions à plusieurs ou dans le cas de stage complet.

Accès au chalet : 10 minutes à pied, depuis le parking

Pensez à venir avec : une tarte salée ou sucrée, un sac de couchage, une paire de chaussures de marche, deux grandes serviettes pour le massage.

A retourner par mail ou courrier postal, de préférence avant le 1 mai (places limitées à 8) à :

Sabrina Millot, route de Viuz 74210 FAVERGES, mail : sabrina.millot@orange.fr

Alain Broissand, lieu-dit Le Château 73400 UGINE, mail : anm.alain@orange.fr

N° siret : 754 050 516 00014

N° siret : 497 591 933 00021

Bulletin d'inscription au week-end du 17 et 18 mai 2014 à Héry sur Ugine

Stage ATELIERS BIEN-ETRE

Nom :

Prénom :

E-mail :

Adresse :

CP :

Ville :

Tél :