



RETRAITE AU MEXIQUE

Du 06 au 13 décembre

Yoga

Méditation

Connexion



NAMAH
YOGA

iSana
VOYAGES
L'ARCHITECTE DE VOS VOYAGES

coeuroline

PROGRAMME DE LA RETRAITE

- **Yoga quotidien**, Hatha, Kundalini, Nidra yoga
- **Méditation** au lever du soleil et sur la plage
- **Respiration** consciente et pranayama
- **Journée immersion** dans la jungle Maya
- **Connexion** à la nature et aux 5 éléments
- **Ouverture du coeur**, cérémonie cacao
- et bien plus encore....



PROGRAMME EXCURSIONS

- **Snorkeling** sur la barrière de corail à Puerto Morelos
- **Visite d'un cénote** : piscine naturelle d'eau douce
- **Isla Cozumel** : journée d'excursion en bateau et snorkeling dans un lieu paradisiaque

Les excursions proposées sont optionnelles



PROGRAMME TEMPS LIBRES

- **Baignade** dans la mer turquoise des Caraïbes
- **Plage** de sable blanc à 3 min à pied de la Villa
- **Balade** dans le village mexicain local
- **Boutiques** et restaurant bord de l'eau
- **Marché nocturne** d'artisanats local
- **Détente** piscine, palapas et hamacs à la Villa



DESTINATION



PUERTOS MORELOS

- Sur la côte de la Riviera Maya
- À 20 minutes au sud de Cancun
- Village de pêcheur authentique
- Atmosphère authentique et locale



HÉBERGEMENT (7 NUITS)

- Villa conviviale dédiée aux retraites
- Plage de sable blanc à 3 min à pied
- Piscine, cour intérieure, salle de yoga, appartements avec kitchenettes



TRANSPORT

- En collaboration avec notre Agence **Voyages Isana Inc.** pour votre billet d'avion, assurances et transfert local

\$ COÛT DE LA RETRAITE

- 1 500 \$ US par personne en occupation double
- Repas: 7 déjeuners, 4 diners, 1 souper
- Supplément pour chambre individuelle
- Billet d'avion non inclus



VOS INTERVENANTS

CAROLINE BROC

- Thérapeute et formatrice en soins énergétiques depuis 2009
- Messagère du coeur
- Voyageuse dans les hauts lieux sacrés de la planète
- La nature, la paix intérieure et l'amour de soi sont au coeur de ses enseignements



ANTHONY BENEDETTO

- Professeur de yoga passionné par la spiritualité
- Propriétaire du Centre de yoga Osmose Studio
- Organisateur de retraites de yoga depuis 2021
- Amoureux du Mexique depuis son adolescence



ENSEMBLE

Anthony & Caroline unissent leurs dons et leurs passions pour vous guider dans un voyage au cœur de vous-même et de votre vérité intérieure.

A vibrant tropical beach scene with a clear blue sky, turquoise water, and several white motorboats. A large palm tree trunk is visible on the left side of the frame. The text is overlaid on a white rectangular background in the upper half of the image.

VIVRE AU RYTHME DES ÉLÉMENTS

Plongez dans une retraite spirituelle

- en immersion avec la nature
- en connexion avec votre coeur....

... pour une expérience pleinement magique

INFORMATION ET RÉSERVATION

Tel: 581-922-1909 - info@coeuroline.com

WWW.COEUROLINE.COM