

My Beautiful Break

du 3 au 6 Mai 2025

“Je reprends mon pouvoir personnel”

Jour 1: Dimanche 3 Mai

15h/16h00 Accueil des participantes et installation dans les chambres

16h/ 17h30 Présentation du groupe et du programme

“Mes Intentions”

18h/19h30 **Méditation sonore** sur le thème de la

“Connexion à Soi”

19h30 Dîner du Chef



Jour 2: Lundi 4 Mai

Accéder à mon Moi Véritable

7h30/8h30 Réveil du Corps avec Jaï

8h30/9h30 *Petit déjeuner*

10h/13h **Atelier 1: L'intelligence Émotionnelle**

Test sur les états d'âme

Le message des émotions

Je crée Mon élixir magique

Les 3 éléments déclencheurs des émotions

13h/14h30 *Déjeuner de saison*

14h30/18h30: par Demi groupe

Atelier 2 Mes Besoins Fondamentaux

Atelier 3 L'autre est mon miroir,

Magie des relations (Schéma Inconscient)

Ho'oponopono

Temps de pause avec Accès au Spa

(+ Massage possible)

19h/20h30 *Dîner du Chef*

20h30/22h **Soirée Reliance avec Chants**

Mantras et méditation sonore sur le

thème de l'unité

Jour 3: Mardi 5 Mai

Transformer ma réalité

7h30/8h30 Réveil du Corps avec Jaï

8h30/9h30 *Petit déjeuner*

10h/13h

Atelier 4: Croyances limitantes et Auto-sabotages

Rituel de libération

13h/14h30 *Déjeuner de saison*

14h30/16h00 Temps libre avec massage possible

16h/18h **Atelier 5: Ouvrir le champ des possibles**
Gratitude

Nouvelles croyances pour une nouvelle vie

Cérémonie du serment

18h30/20h **Méditation sonore:**

“Rencontre avec le Moi du futur”

20h15 Dîner du Chef & Partage d'expérience



Jour 4 Mercredi 6 Mai

7h30/8h30 Réveil du Corps avec Jaï

8h30/9h30 *Petit déjeuner façon Brunch*

10h/11h30 **Atelier 6: Mon Plan d'action**

Je crée mon calendrier de Manifestation des 21 jours

Recueil de témoignages et Bilan

12h Fin du stage

Tarif à partir de 690€* par personne tout inclus !

(Ateliers et pratiques par 3 intervenants qualifiés pendant 6 demi-journées (matériel fourni)

*+ 3 nuits * en chambre partagée dans un Hôtel 4 étoiles (chambre seule disponible en option, pension complète végétarienne, Bar à tisane en libre accès et en Bonus accès spa le J2 inclus)*