

LES WEEK-ENDS
NOUVELLE ENERGIE
D'ANNICK PASQUIER

Association Résonances
propose et organise

UN WEEK-END
THALASSO
STRETCHING
DÉTENTE

Les 19 et 20 Novembre 2011
AU RELAIS THALASSO DE LA BAULE

LE THÈME :

RENFORCER SON CAPITAL ENERGETIQUE

Les 19 et 20 novembre 2011
Participez au Week-End Nouvelle Énergie
d'Annick Pasquier
Au centre Thalasso de la Baule

”RENFORCER SON CAPITAL ENERGETIQUE”

VOTRE PROGRAMME

**Soins en thalasso : reminéralisation du corps par
les oligo-éléments marins**

- 1 - Enveloppement d'algues, pour une action relaxante et reminéralisante.
- 2 - Modelage sous pluie marine, pour activer la circulation, stimuler les zones réflexes et favoriser ainsi l'élimination des toxines.
- 3 - Hydromassage, pour stimuler la circulation et tonifier les tissus.
- 4 - Massage Aroma Relax, pour favoriser la circulation des énergies.

Accès libre à l'Espace Hydrotonic pendant tout le week-end.
Piscine, sauna, hammam, parcours aquatique, à volonté.

Initiation au shiatsu

Sur les thèmes :

- « Renforcer son capital énergétique »
- « Libérer les tensions du corps et améliorer la souplesse articulaire »

Stretching : souplesse - tonicité – équilibre

Dans une salle équipée : placement, mobilité et raffermissement du corps: étirements posturaux, tonicité du plancher pelvien, assouplissement des lombaires.

Dans une piscine équipée de rampes de maintien : cours de stretching aquatique.

Thème: Eliminer la fatigue par la respiration et la relaxation..

Les Tarifs

4 Soins thalasso + accès à l'Espace Hydro tonique pendant tout le week-end : **195,90€** . **Ces tarifs sont applicables à partir de 10 personnes inscrites.**

Accueil V.I.P : peignoirs, serviettes, sandales et bonnets fournis.

(Chèque à l'ordre du Relais Thalasso de La Baule).

Intervention Annick Pasquier pour le week-end :

(cours de stretching - coaching - initiation au shiatsu - conférence) :130€

(Chèque à l'ordre de l'Association Résonances)

15% de réduction sur tous les modelages à la carte et autres soins (sous réserve de disponibilités)

Liste des soins à consulter sur le site : <http://www.thalasso-labaule.com>

Le lieu

Relais Thalasso La Baule : 28 Bd de l'Océan, 44500 La Baule.

Les dates

Du samedi 19 Novembre au dimanche 20 Novembre.

(accueil des participants vendredi soir)

Hébergement à proximité (Chèque à l'ordre du Relais Thalasso de La Baule)

Hôtel Lutétia *** en centre ville : Tél. 02 40 60 25 81

Tarifs: **105 €** par personne pour 2 nuits en chambre double (pt.déj.compris)

164€ en single pour 2 nuits (pt. déj.compris)

Possibilité de location de vélos.

Choix d'autres hôtels:

Prendre directement contact avec l'office du tourisme de la Baule.

i.perrais@labaule.fr ou bien nous contacter.

Transport

Voiture : 4H30 de Paris par autoroute (450km)

Train : 3 heures en TGV - Arrivée Gare de La Baule Escoublac.

WEEK-END NOUVELLE ENERGIE

Un week-end pour faire le plein d'énergie et reprendre pleinement possession de son corps.

En collaboration avec le Relais Thalasso de La Baule, Annick Pasquier vous invite à participer au Week-end Nouvelle Énergie.

Un week-end rien que pour soi, qui associe thalasso, stretching et détente dans un cadre convivial.

Un week-end pour retrouver souplesse et reminéralisation du corps, tonicité, bien-être et équilibre.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Le planning détaillé vous sera communiqué lors de l'inscription

Annick Pasquier – Association Résonances

107 Bd Murat 75016 Paris

Téléphone : 01 45 04 58 27 – Mobile : 06 03 81 13 80

annickpasquier@resonances.asso.fr

Clôture des inscriptions : 7 novembre 2011

www.resonances.asso.fr

Le site d'Annick Pasquier