



Agenda 2017



Jeûne et randonnée

Alimentation vivante

Cure de Détox

Ann Wigmore
Natural Health Institute

Hiver 2018 aux Antilles (à Puerto-Rico)

Été 2017 en Belgique



(B)
(F)

En Belgique (Saint-Léger)
En France dans le Sud (Vers-Pont-du-Gard)

Stages, cures & séjours proposés			Activités					Soins & loisirs		Soins (avec suppléments)	Nombres de participants - Lieux - Dates & Prix						
Activités	Catégories	Durées	Yoga du matin	Randonnées & sports	Cours théoriques	Cours pratiques	Conférences	Repas	Cabines infra-rouge	Bol d'Air Jacquier	Piscine / Mer Wellness	Hydrothérapie du colon	Massages	Participants	Lieux	Périodes	Prix

Stages



(B)

(F)

(F)



Jeune et Randonnée en Belgique	Jeûne hydrique ou jeûne au jus	7 jours		Marche (3 à 4H00) Pilates Trampoline	Cours théoriques	Cours 2H00 tous les matins	Conférences le soir	Bouillons/jus verts & repas de reprise (selon les principes de l'alimentation vivante)	Sauna (cabines infra-rouge)	Bol d'Air Jacquier	Aquagym & 2h00 de Wellness	Lavement	1 massage compris	12	Saint-Léger (Belgique)	du dimanche au samedi 2 au 8 juillet 2017 29 octobre au 4 novembre 2017	Hydrique 1250€ Au jus 1350€ (logement compris)
Jeune et Randonnée dans le Sud de la France	Jeûne hydrique ou jeûne au jus	7 jours		Marche (3 à 4H00) Pilates Trampoline	Cours théoriques	Cours 2H00 tous les matins	Conférences le soir	Bouillons/jus verts & repas de reprise (selon les principes de l'alimentation vivante)	Sauna (cabines infra-rouge)	Bol d'Air Jacquier	Aquagym, Piscine au sel (chauffée)	Lavement		4 à 6	Pont-du-Gard (France)	du dimanche au samedi 1er au 7 octobre 2017	Hydrique 1250€ Au jus 1350€ (logement compris)
Cuisine Gourmet avec Chef Devii	Cours de cuisine végétaliens végétariens	7 jours	Yoga du matin	Randos		Cours de cuisine		3 Repas par jour + 2 snacks	Sauna (cabines infra-rouge)	Bol d'Air Jacquier	Piscine au sel (chauffée)			12	Pont-du-Gard (France)	du samedi 17 au vendredi 23 juin 2017	1.250 € (logement compris)

Ressourcements



(B)

(F)

Vacances Detox selon les principes de l'alimentation vivante	Alimentation vivante	7 jours		Coaching sportif individuel & randos		Préparations de tous les repas	Conférences le soir	3 Repas par jour + 2 snacks (selon les principes de l'alimentation vivante)	Sauna (cabines infra-rouge)	Bol d'Air Jacquier	2h00 de Wellness	Lavement	1 massage + 1 reflexo compris	4 à 6	Saint-Léger (Belgique)	du dimanche au samedi 2 au 8 juillet 2017	1.650€ (Logement compris)
Vacances Detox selon les principes de l'alimentation vivante	Alimentation vivante	7 jours		Randos & Coaching sportif individuel		Préparations de tous les repas	Conférences le soir	3 Repas par jour + 2 snacks (selon les principes de l'alimentation vivante)	Sauna (cabines infra-rouge)	Bol d'Air Jacquier	Aquagym, Piscine au sel (chauffée)	Lavement	1 massage 1 reflexo compris	4 à 6	Pont-du-Gard (France)	du dimanche au samedi 1er au 7 octobre 2017	1.750€ (Logement compris)

Formations



(B)



Institut Ann Wigmore semaines intensives	Alimentation vivante	7 jours	Yoga du matin	Randos 1 heure	Cours théoriques	Cours de cuisine		Alimentation vivante	Sauna (cabines infra-rouge)	Bol d'Air Jacquier	Wellness (en option)	Lavement	Massages & soins (en option)	20	Château d'Estaimbourg à 4 Km de Saint-Léger	du dimanche au samedi 10 au 16 septembre 2017 17 au 23 septembre 2017	1.350 € /semaine (hors logement)
Séjour à l'Institut Ann Wigmore	Alimentation vivante	2 semaines	Yoga du matin	Randos 1 heure	Cours théoriques	Cours de cuisine		Alimentation vivante			Plage & océan	Hydrothérapie du colon (en sus)	Massages & soins (en option)	20	Porto-Rico (USA)	du dimanche 4 février au vendredi 17 février 2018	1.950 US\$ /quinzaine (hors logement)

Vitam'Inn

Patricia KERSULEC

email : patricia.kersulec@gmail.com

www.vitaminn.be

Skype : patriciakers

Rue de l'ancienne Passerelle, 16

B 7730 - Saint-Léger (Estaimpuis)



www.facebook.com/vitaminn.be

Version 2017.06.09

Suivant présence :

Belgique : G.S.M. : +32 475/58.65.63

France : Portable : +33 768/37.34.52

Fixe : +32 56/56.14.07

Fixe : +33 466/03.84.23