



Kundalini &  
Numérologie



# Retraite de Yoga Printemps 2026

Faire l'expérience de Soi  
à travers les nombres

## Infos Pratiques

- ✦ Du 29/5 à 17h au 31/5 16h à Salles
- ✦ Hébergement dans une maison de charme, avec piscine, en bordure de forêt
- ✦ Délicieux Repas Végétariens

Sandra Léonard 06 34 37 05 95  
[www.thai-yoga-massage.fr](http://www.thai-yoga-massage.fr)

**320 €**



Prendre un temps pour Soi, se ressourcer  
Purifier son corps et son esprit et retrouver de la  
vitalité

Nourrir son être et être guidée par sa lumière  
intérieure

Amener de la clarté mentale et être en paix

Mieux se connaître et modifier ses schémas

Profiter de la nature, avoir des temps  
d'intégration et de partage

Apprendre, découvrir et se réinventer

## Journée type



6h Sadhana de l'ère du Verseau

8h30 Petit déjeuner

10h Guidance des Nombres

13h Déjeuner

15h Guidance des Nombres

17h Marche Consciente en forêt

18h30 Pratique douce, méditative,  
chants

19h30 Diner

