

Retraite de ressourcement Journal Créatif et yoga

« Poser mon temps »

en bord de mer

à La Maison de l'Île Blanche
Locquirec (29)

du 18 au 20 octobre 2026

*Respirer, bouger,
créer, se reposer*

Propositions créatives :

Journal Créatif
Créativité intuitive

Instants de pause avec le corps :

Yoga
Mouvements doux
Danse libre
Balades en bord de mer

Animée par :

Annie-Chantal Serre et Armelle Brunot
animatrices en Journal Créatif®
professeure de yoga

Renseignements et inscriptions :

Annie-Chantal : 06 80 98 46 98

mail : annice.serre@gmail.com

Armelle : 06 87 04 59 43

mail : armelle@armelle-brunot.fr

Tarifs :

Animation :

Jusqu'au 31 mai : 360€

Jusqu'au 31 juillet : 400€

A partir du 1^{er} août : 450€

Acompte 150€ non remboursable

Hébergement + repas :

4 nuitées : à partir de 214€

(chambre double)