

A silhouette of a woman in profile, facing right, holding a glowing, spherical object in her raised right hand. She is adorned with a necklace of small lights and a headpiece with a similar light. The background is a vibrant sunset sky transitioning from orange at the bottom to a deep blue at the top, with scattered stars and bokeh light effects.

*Le Voyage Intérieur*

avec Yhameen & Yog'Imane

Bab Zouina

du 29 juillet au 1er Aout 2021

# Un voyage pour se découvrir

*“Le plus grand voyageur n’est pas celui qui a fait dix fois le tour du monde, mais celui qui a fait une seule fois le tour de lui-même ...”*

*Ghandi*

Une retraite intégrant la puissance du Yoga et de la Méditation combinées au noble Silence pour le plus beau des voyages!



*Ce Voyage est pour vous,  
si vous souhaitez:*

- Faire une pause du monde extérieur
- Apprendre le "Ici et Maintenant" et vivre le moment présent
- Accueillir vos émotions, les apaiser et développer votre bien-être et l'amour de soi
- Comprendre le lien entre le corps, le mental et l'âme
- Accéder aux informations subtiles de votre être
- Vous rencontrer!



# Programme

- **Méditation**
  - **Cours de yoga**
  - **Marches en pleine conscience**
  - Des **temps libres** pendant la journée pour le repos et l'intégration
- 2 journées d'**observation du noble silence**

Arrivée **Jeudi 29 Juillet à 12h**

Départ **Dimanche 1er Aout à 17h**



# Le lieu

**Bab Zouina** est un Riad traditionnel situé dans un magnifique domaine planté d'arbres fruitiers, de palmiers et d'un potager sur la Route de l'Ourika.

Ce lieu enchanteur au milieu des oliviers vit encore au rythme de la nature. La pureté de l'air, les odeurs vivifiantes, la terre de couleur ocre caressée par les nuances de vert en font un lieu propice à l'éveil des sens et à la contemplation.



# Modalités pratiques

## Tarifs

Chambre double: 3800 dhs

Chambre single: 4500 dhs

Il comprend:

- 4 jours de retraite avec Yog'Imane et Yhameen
- 3 nuitées en pension complète et repas végétariens
- l'ensemble des activités prévues

Il ne comprend pas: Transport.



Si vous vous sentez appelé.e par ce voyage  
et que vous souhaitez nous rejoindre:

Contactez nous par whatsapp

Yhameen 0777941448

Yog'Imane 0670075155

ou inscrivez vous sur le lien dans la bio.



**Marhba!**