



PAUSE • CONNECT • SIMPLIFY

15 • 19
juillet
2026

Une retraite de 4 jours pour

Se poser, respirer et méditer.

Se connecter à ce qui compte vraiment.

Vivre simplement présent à partir du cœur.

Un espace-temps pour pratiquer la méditation, un yoga doux, apprécier la nature, le silence et une excellente cuisine végétarienne dans le cadre magnifique de l'hôtel Beau-Site en Valais.

Une équipe d'enseignants et formateurs certifiés pour vous accompagner Aurélie, Daniel, Dominique, Monique, Pierre-André, ...

Contact Monique Taiana - mtaiana@heartfulness.org

INFOS

Programme

Du mercredi 15 à partir de 16h au dimanche 19 à 14h

Possibilité de balade dimanche 14h-17h

Programme alternant pratiques de méditation et de yoga, ateliers, balades, échanges, temps de lecture, de silence... et en option : Initiation à la méditation Heartfulness et accompagnement individuel

Inscription et règlement

Hôtel pension Beau Site, Chemin Dessus Martigny

chemin.ch/hotel-beau-site

Prix pension complète 4 jours (3 repas, fruits et thé, tisane et café, animation et taxe de séjour) par personne

Chambre à 3 ou 4 CHF 620

Chambre double CHF 720

Chambre individuelle CHF 820

Inscription Formulaire d'inscription

Arrhes CH 250 votre versement confirme votre inscription, merci de verser le solde avant le 12.07.26

Twint +41 79 741 70 52

IBAN Heartfulness Suisse CH94 0024 3243 2500 4941 L

Conditions désistement 50% retenus en cas de désistement entre le 15.05 et le 14.06.26, 100% dès le 15.06.26, sauf si remplacement

