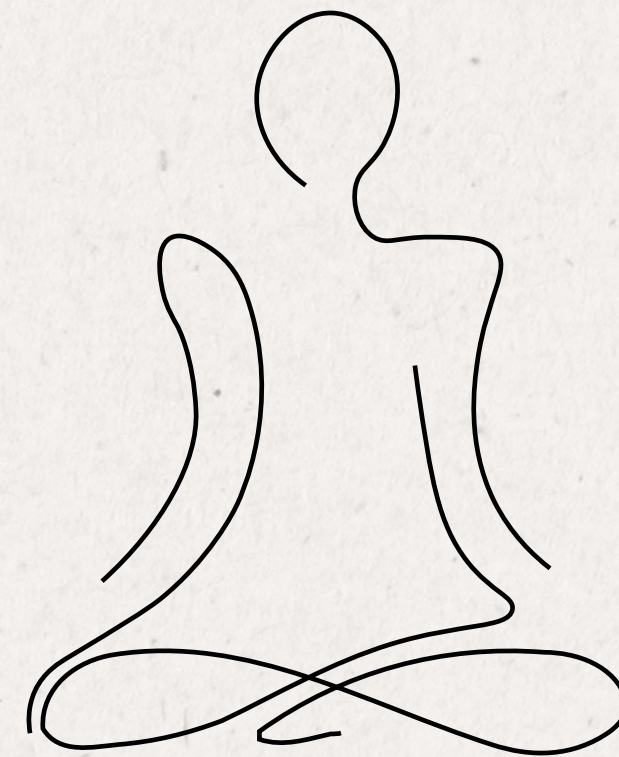




SOMELIS

RETRAITE ZEN

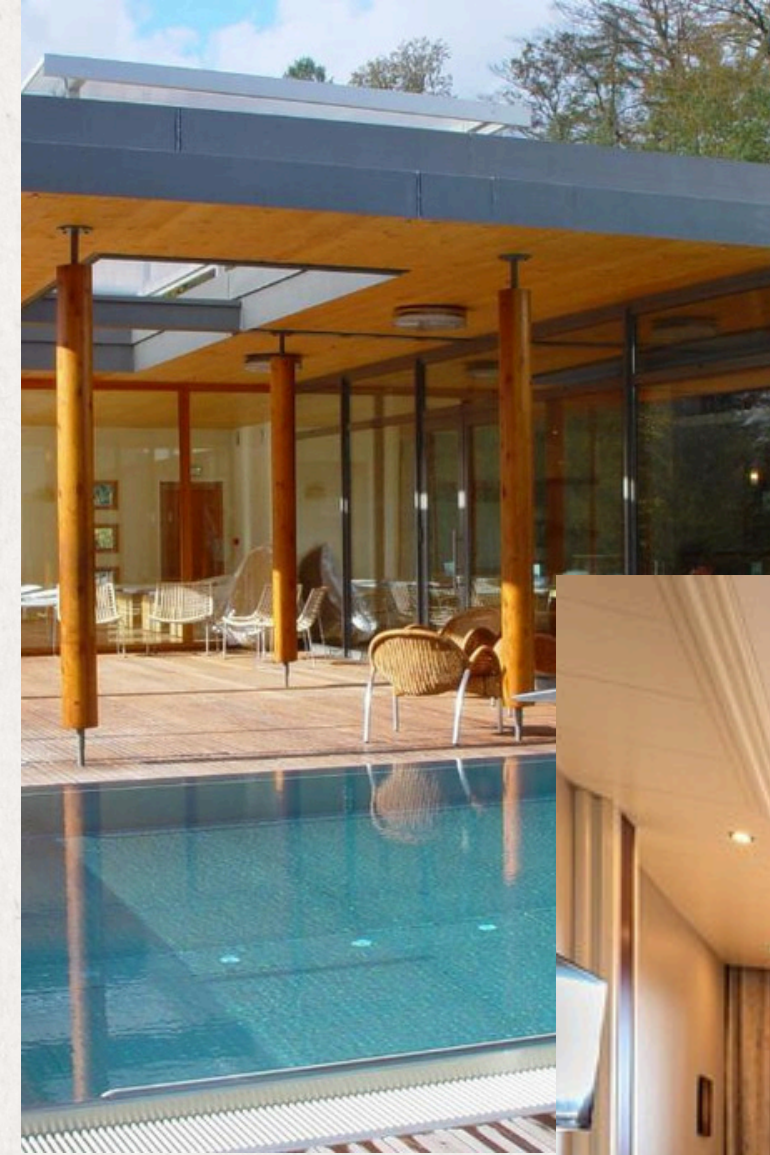


# OU?

🌿 Retraite Zen à l'Hôtel Spa La Clairière - Une Parenthèse de Sérénité 🌿

Offrez-vous une pause bien-être au cœur de la nature luxuriante des Vosges du Nord, à La Petite Pierre, dans le cadre enchanteur de l'Hôtel Spa La Clairière\*\*\*\*. Cette retraite zen, axée sur la sophrologie et les médecines douces, vous invite à un voyage intérieur où relaxation, équilibre et vitalité sont à l'honneur.

Dans cet hôtel 4 étoiles niché en pleine verdure, tout est pensé pour favoriser la détente et le lâcher-prise. Un cadre d'exception où nature et bien-être se rejoignent pour une expérience régénérante et immersive.



QUAND ?

26 et 27 AVRIL 2025



# LE PROGRAMME

## SOPHROLOGIE

Séances de sophrologie pour apaiser le mental et se reconnecter à soi, dans une salle privatisée avec terrasse privée.

## AROMATHERAPIE

Atelier dédié à l'aromathérapie, pour explorer les bienfaits des huiles essentielles.

## AUTO-MASSAGE

Initiation à l'auto-massage, pour apprendre à détendre son corps en toute autonomie.

## BALADES EN FORET

Balades ressourçantes en forêt, en pleine conscience (le dimanche après-midi pour les volontaires et en fonction de la météo.

## MEDITATION

Initiez-vous aux méthodes de pleine conscience.

## SPA

Accès au spa & espace bien-être (sauna, hammam, jacuzzi, piscine chauffée) en illimité de 15h le samedi à 12h le dimanche.

# CE QUI EST INCLUS :

- Chambre confort avec lit double
- Accès au SPA et à la salle de fitness en illimité
- Une journée complète dédiée aux médecines douces et notamment à la sophrologie
- Un repas inclus et un petit déjeuner copieux le dimanche
- Une balade zen en groupe le dimanche après-midi (sous réserve des conditions climatiques)
- La promesse d'une déconnexion du quotidien et d'une reconnexion à votre corps et votre esprit

# TARIFS & FORMULES

✓ Séjour Solo – 350 € (par personne)  
➔ Hébergement en chambre double  
privatisée

✓ Séjour Duo – 549 € (pour deux  
personnes)  
➔ Hébergement en chambre double  
partagée, idéal pour venir en couple, entre  
amis ou en famille

Places limitées à 10 personnes  
Réservation à effectuer avant le 26 février  
2025



# CONTACT

Site Web

[www.somelis.fr](http://www.somelis.fr)

E-Mail

[contact@somelis.fr](mailto:contact@somelis.fr)

Téléphone

06.42.67.94.78