



RAISE YOUR
Energy &



PRESENTENT

SEMAINE RECONNEXION 2024 EN GRECE



L'ANNÉE PASSÉE...

**LA SEMAINE RECONNEXION 2023 A ETE
EXTRAORDINAIRE !**

**VOS TEMOIGNAGES EN DISENT LONG SUR CE QUE
VOUS AVEZ TRAVERSE, VECU ET APPRIS PENDANT
CETTE SEMAINE RECONNEXION.**

**NOUS REEDITONS POUR CETTE NOUVELLE ANNEE
CE VOYAGE UNIQUE**



NOUVELLES DATES DU 5 AU 12 OCTOBRE 2024

Une semaine dédiée visant à se (re) connecter à soi afin de (re) trouver son AUTHENTICITE, de la COHERENCE dans sa vie.

Une EVOLUTION DE SA CONSCIENCE grâce aux différentes pratiques lors de ce voyage amenant : lâcher prise, ANCRAGE, dépassement de soi, visant un EQUILIBRE CORPS & ESPRIT

MAÎTRISE DE NOTRE SAVOIR FAIRE

Nous mettons à votre disposition un savoir-faire et notre expérience

INNOVATION

Nous façonnons et combinons notre pratique avec audace et originalité.

EXPÉRIENCE UNIQUE

Vous irez au-delà de ce que vous pensez possible

EN SAVOIR PLUS SUR NOUS

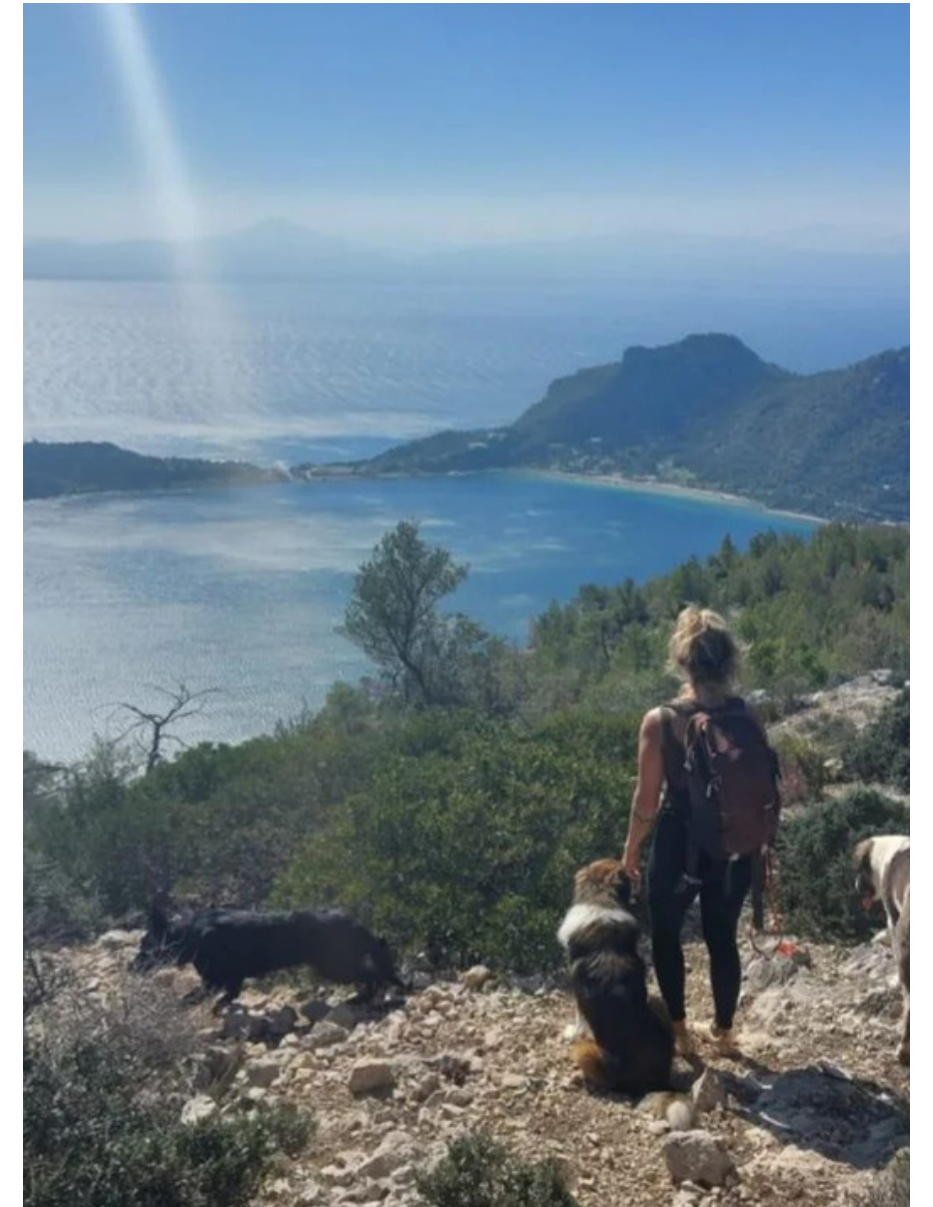
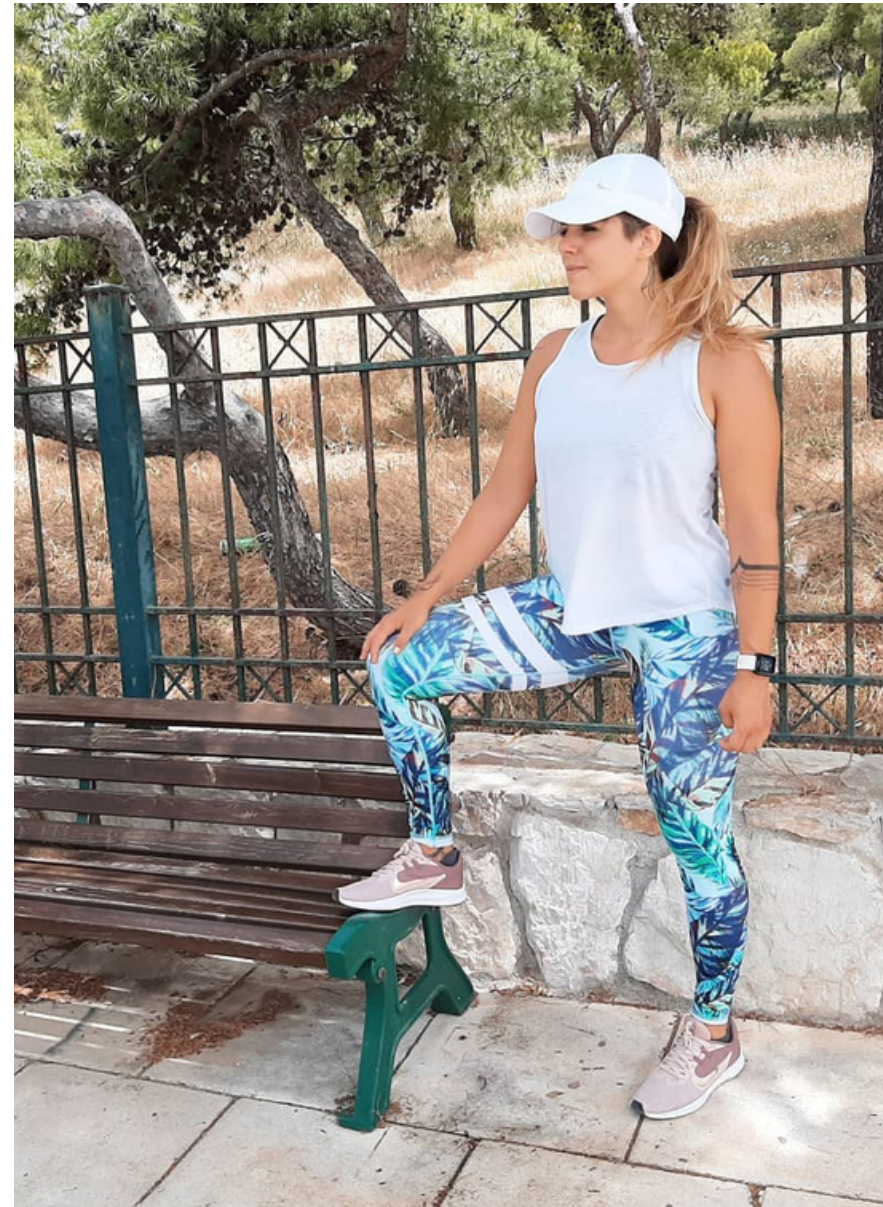
AEssential Energy

Amélie & Valérie ont associé leur 2 univers :
AEssential trainings & travel + Raise Your Energy pour vous.

AMELIE, infirmière, praticienne en massage énergétique & thérapeutique chinoise depuis 2011. Elle forme dans ces pratiques du bien-être les professionnels & les particuliers en reconversion



VALERIE, personal trainer propose du coaching bien-être & des outils pour allier corps et esprit. Ancienne head-trainer, elle allie le fitness et le mouvement selon un FLOW à découvrir absolument



Passionnées par leur métier et la relation corps & esprit, elles ont à coeur de vous transmettre les pratiques de bien-être qu'elles utilisent au quotidien

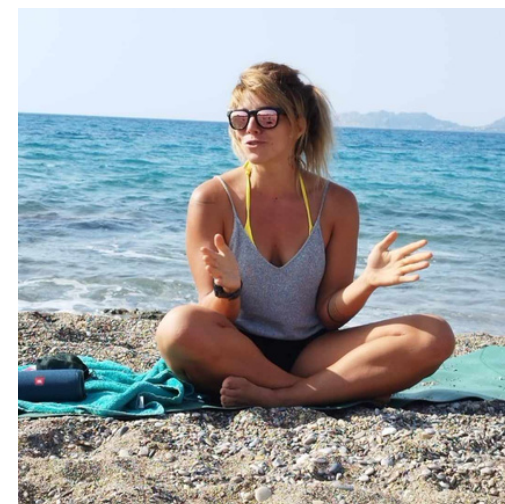
VOTRE MISSION

Je prends soin de mon **corps** & j'apprends à le rebooster

Je libère ma **charge mentale** & j'apprends à être ma priorité

Je me **dépasse** en m'ouvrant aux pratiques et ateliers.

Cette aventure RECONNEXION va changer ma vie!



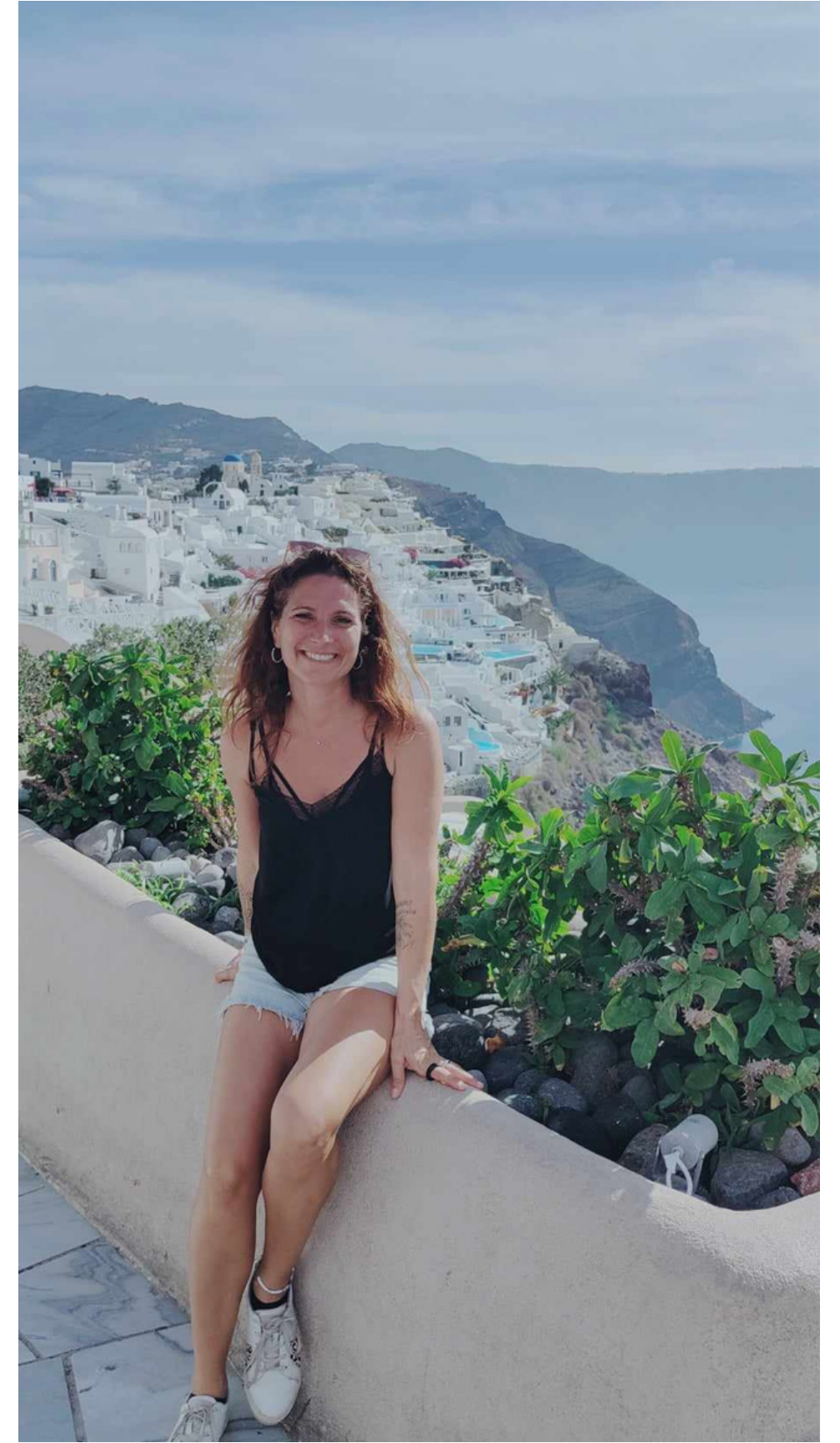
LE CONCEPT

Avec Valérie

Vous apprendrez l'ANCRAGE & LA RECONNEXION avec vous-même grâce aux MOUVEMENTS ramenant une DYNAMIQUE, DE LA VIE dans votre corps ; du HIKING dans un cadre magnifique ; de la MEDITATION ACTIVE & du SHAKING, de la RESPIRATION, du DEPASSEMENT DE SOI ! Ces différentes pratiques vous permettent d'acquérir des connaissances concrètes, solides à mettre en place dans votre vie.

Avec Amélie

Vous irez vers un EQUILIBRE DU CORPS & de l'ESPRIT avec la pratique d'AUTO-MASSAGE DO IN, pratique ancestrale, pour se réveiller, étirer/échauffer son corps, se donner DU BOOST pour la journée. De la RELAXATION DYNAMIQUE solo et en binôme afin d'acquérir des POSTURES D'ETIREMENTS et de la RESPIRATION permettant de RELACHER LA PRESSION. L'APPRENTISSAGE DE MASSAGE : pieds, mains, visage, ventre. On parlera de diététique énergétique chinoise, de chakras, d'huiles essentielles pour OPTIMISER SON CAPITAL SANTE.



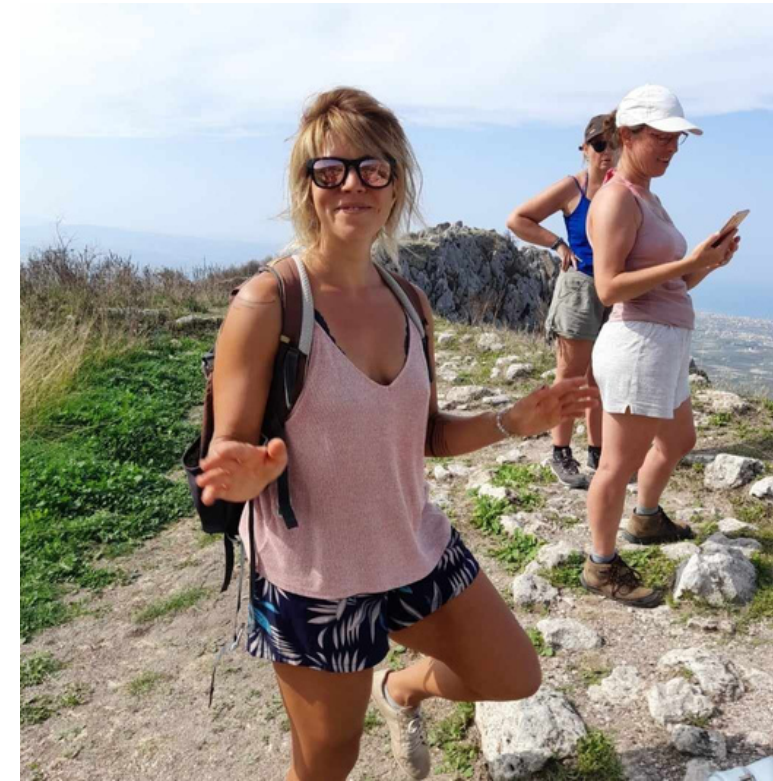
LE PLANNING



POINTS DE DIGITO-PRESSIONS
RELAXATION DYNAMIQUE, HUILES
ESSENTIELLES AVEC AMELIE

CULTIVER SON LACHEZ PRISE

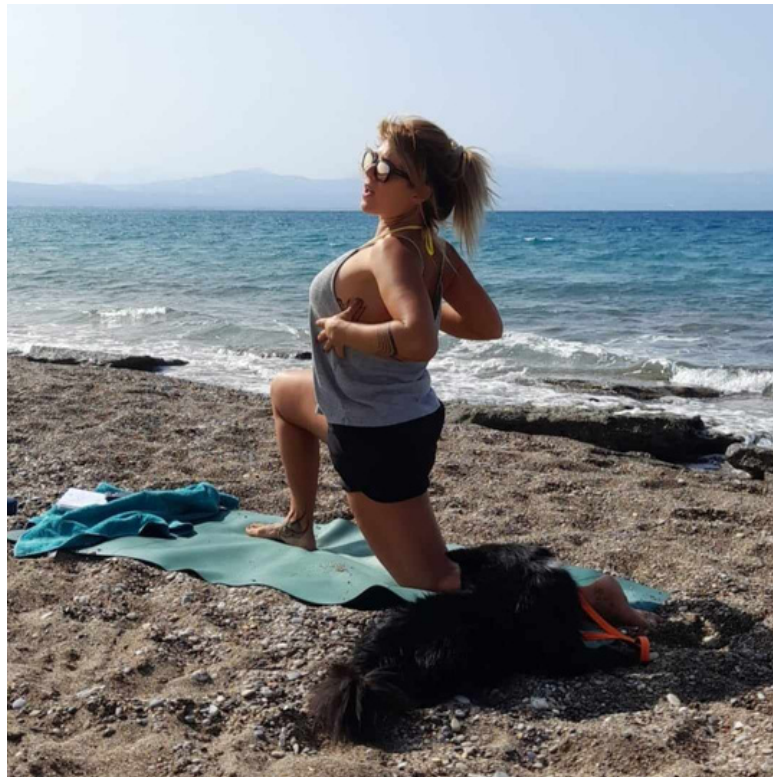
MEDITATION / PLEINE CONSCIENCE
AVEC VALERIE



RESPIRATION, ANCRAGE AVEC LE
YOGA/DO IN/MASSAGE DU VISAGE
DES MAINS/ HUILES ESSENTIELLES
AVEC AMELIE

EVACUER LE STRESS

RESPIRATION/ HIKING / ACT/
VISUALISATION/ PNL AVEC VALERIE



FLOW, FITNESS, MOUVEMENTS SUR
DES ZONES PRECISES DU CORPS
AVEC VALERIE

PRENDRE SOIN DE SON CORPS

AROMATHERAPIE & DIGITO-
PRESSIONS AVEC AMELIE



FITNESS, IMMERSION DANS L'EAU,
DEFIS SPORTIFS AVEC VALERIE

ETRE EFFICIENT DEPASSEMENT DE SOI

AUTO-MASSAGE DO IN, DIETETIQUE
CHINOISE, RESPIRATION, ANCRAGE,
ALIGNEMENT DES CHAKRAS, MASSAGE DU
VENTRE & DES PIEDS AVEC AMELIE

Valérie & Amélie, vos formatrices, vous accompagnent dans cette aventure dès le début de la journée jusqu'au repas du soir

Ce voyage se déroulera à Loutraki, station balnéaire & thermale, située à 5km de Corinthe et 1h10 d'Athènes



Un maximum des activités se feront en extérieur



**POUR ACCOMPAGNER CETTE SEMAINE DE RECONNEXION À SOI,
2 OFFRES (VOIR PAGES SUIVANTES) :**

**-10% sur les
tarifs pour vous**



AVEC VALERIE

COACHING PRIVÉ ET
SUR-MESURE EN
FITNESS PNL
HOLISTIQUE
permettant d'aller libérer
des blocages
émotionnels & de
travailler en profondeur
une thématique qui vous
est propre

SEANCE 1H/80€



AVEC AMELIE

MASSAGE
ENERGETIQUE &
THERAPEUTIQUE alliant
Shiatsu, thaï massage,
Réflexologie, huiles
essentielles de manière
intuitive afin d'éliminer
des tensions physiques,
psychiques,
émotionnelles, et du
transgénérationnel

SEANCE A 1H/90€

**+ OFFRE PARRAINAGE :
SEANCE AVEC VALERIE OU
AMELIE OFFERTE***



***SI VOUS VENEZ À DEUX,
CHACUN BÉNÉFICIE DE CE
CADEAU !**

TARIF UNIQUE SEMAINE RECONNEXION 2024

L'OFFRE

1500€/personne

(séjour de 6 à 10 personnes maximum)

LES 7 NUITEES dans un hébergement comprenant des lits simples ou doubles, draps, serviettes/produits d'hygiène sur place

+

LES REPAS (petit-déjeuner/snack le midi et restaurant grec le soir)

+

LES DEPLACEMENTS pour aller sur les sites

+

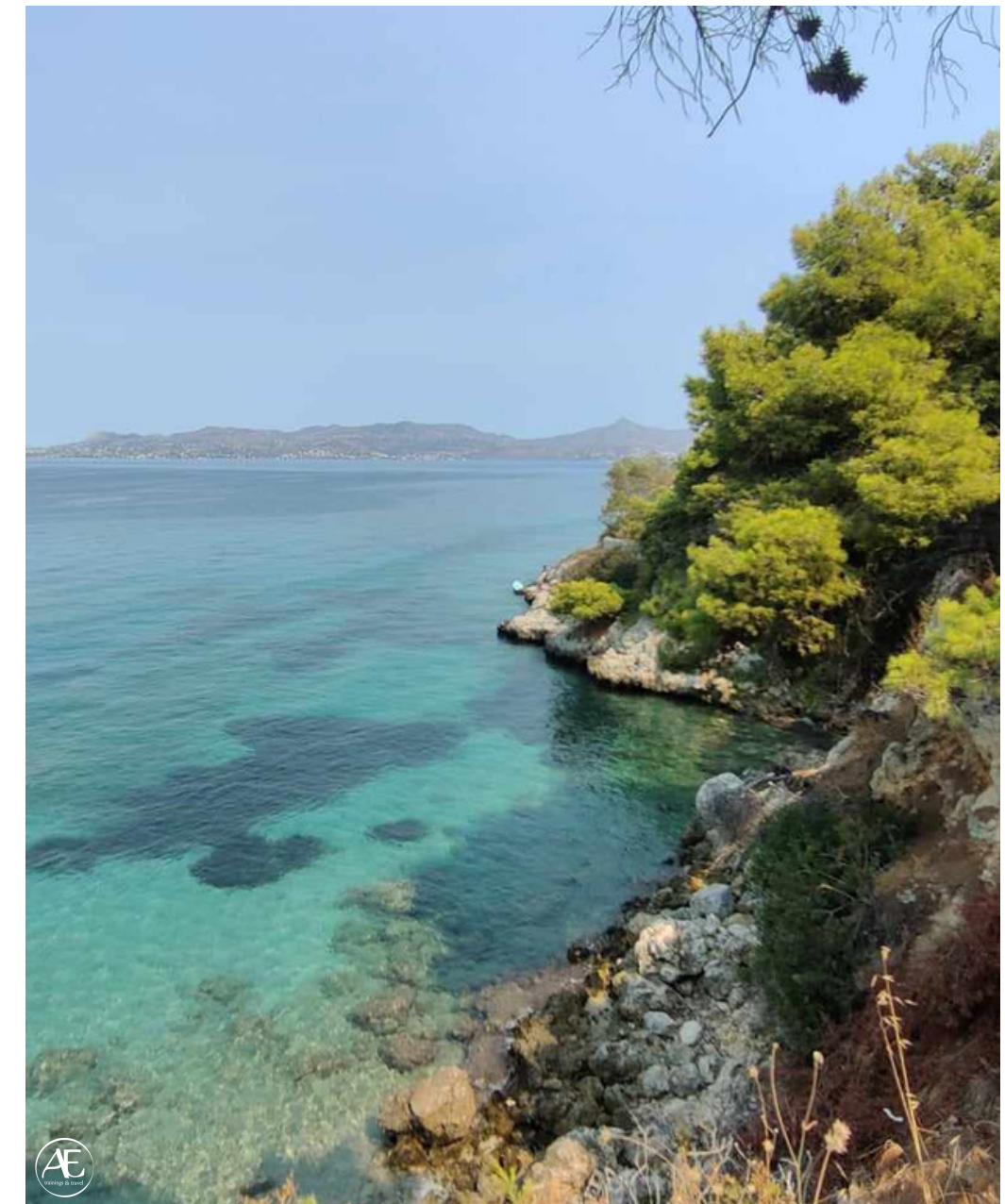
LES ACTIVITES BIEN-ETRE quotidiennes avec Valérie & Amélie

+

LES VIDEOS DES PRATIQUES à mettre en place chez vous

**Possibilité de régler en plusieurs fois . Solde et clôture au 31
mai 2024**

Acompte de 30% à la réservation

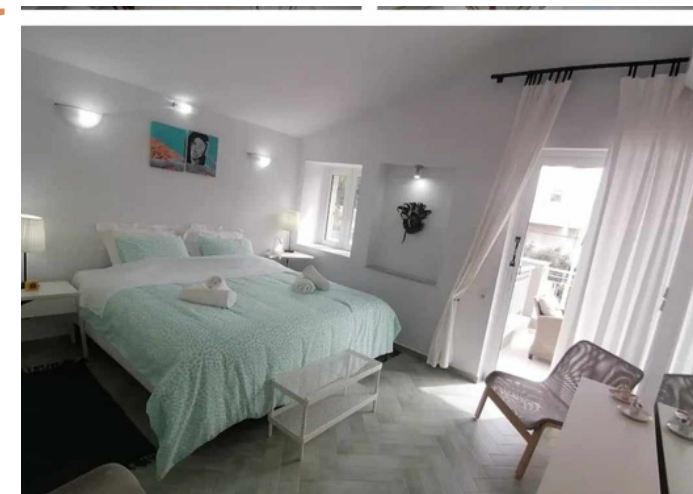
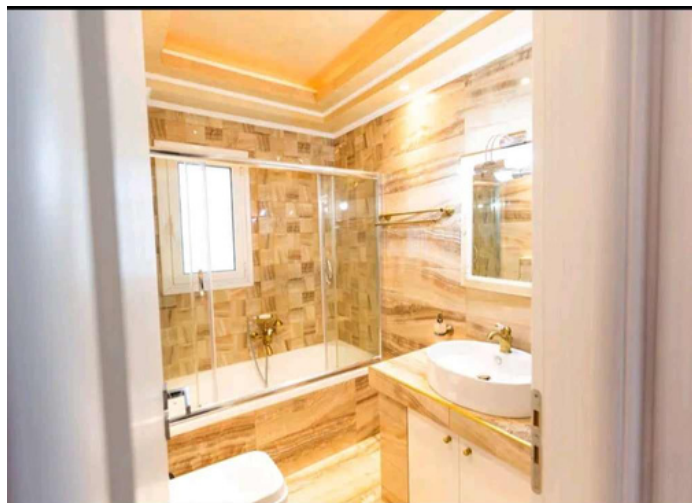
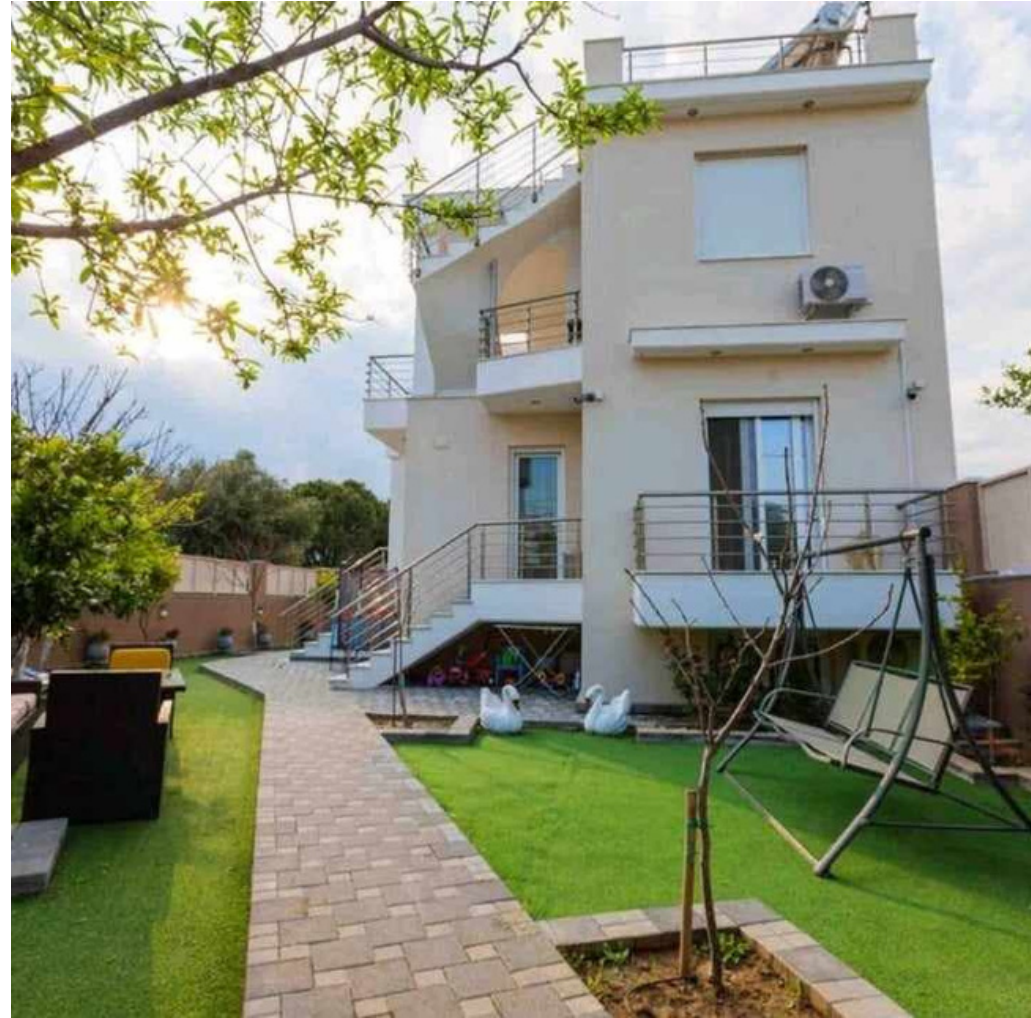
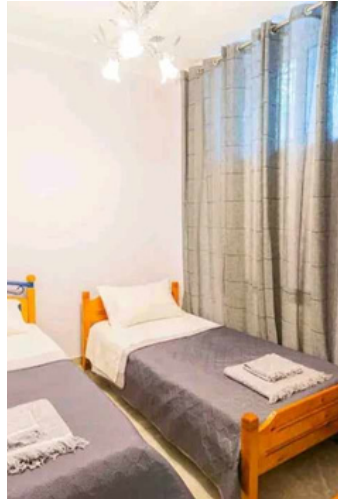


Le logement

6-10
personnes

Qualité
Spacieux
Design
Exclusif

Proche de la mer





NOTRE MESSAGE

C'est le moment
de vous
reconnecter
à vous

offre de
parrainage :
pour toute
inscription à 2

1 séance
avec Valérie ou Amélie

OFFERTE !

SATISFACTION CLIENT

Notre VOLONTE ABSOLUE est de vous satisfaire !

Je crois que la semaine RECONNEXION, c'est vraiment la meilleure décision que j'ai pu avoir pour moi de toute ma vie.

J'ai eu l'occasion de rencontrer des personnes extraordinaires qui m'ont permis de me révéler dans mes envies profondes mais aussi dans un dépassement de soi jamais connu auparavant. J'ai eu l'occasion de me sentir libre comme jamais en faisant des choses que j'aime, en étant qui je suis et en n'ayant pas peur de l'être, dans un cadre magique et avec des personnes magnifiques. Valérie Demesse avec son dynamisme, sa joie de vivre communicative et son peps et AMELIE avec son charisme, sa douceur et son calme intérieur qu'elle m'a communiqué d'ailleurs

Bref, foncez !!! Prenez cette décision pour vous, vous ne le regretterez pas.

Sophie, assistante notariale





RAISE YOUR
Energy



ENEZ NOUS REJOINDRE DANS CETTE FABULEUSE AVENTURE !

Bon de réservation/Renseignements : aessentialenergy@gmail.com

Amélie +33624297007

Valérie +32477490130 (whatsapp)