



Programme 2026

*Des ateliers, des stages, des événements
proposés dans le cadre enchanteur et
bienveillant de Terrakasha.*

Avril	Mai	Juin	Juillet
22-26 : Écriture Originelle	8-10 : Retraite Quintessence	5-7 : Cérémonies - Sagesse des Plantes	11-14 : Chanter ses émotions
	16 : Un Après-midi bien-être		



Vis ton Voyage Initiatique à travers l'Écriture Originelle

Immersion en écriture intuitive

22 → 26 AVRIL 2026

L'EXPÉRIENCE

Une immersion de 4 jours pour sortir du mental et entrer dans une écriture intuitive guidée.

Un espace de reconnexion à soi, à sa guidance intérieure et à une intelligence plus profonde.

L'INTERVENANTE

Claire Yumnity

Médium depuis plus de 18 ans, elle accompagne la reconnexion à la guidance intérieure avec simplicité et ancrage.

INFORMATIONS & CONTACT

- Du Mercredi 22 au Dimanche 26 avril 2026
- Site web : <https://yumunity.com/ecriture-originelle-presentiel/>
- Contact : claire@yumunity.com

Places restantes : 2

L'élan d'un espace fertile

8 → 10 MAI 2026

L'EXPÉRIENCE

Une retraite pour ralentir, revenir au corps et ouvrir un espace intérieur vivant et sensible.

Un temps d'exploration à travers le mouvement, le souffle et la présence.

LES INTERVENANTS

Carolina

Elle crée des espaces d'exploration du corps et du souffle, inspirés du Vinyasa, du Yin et de pratiques intuitives, nourries par les philosophies du yoga, du buddhisme et du taoïsme.

Clément

Praticien et enseignant de yoga depuis plus de 10 ans, il transmet des pratiques intégrant kundalini yoga, yoga shamanique, yin yoga, méditation, sonothérapie avec les gongs, cercles de chant, pour ouvrir des espaces de présence et de reliance.

INFORMATIONS & CONTACT

- Du Vendredi 8 au Dimanche 10 mai 2026
- Tarif : 399€ tout inclus
- Réservations : Clément +33 6 58 16 65 23

Places restantes : 2



Détente, soin et reconnexion

VENDREDI 16 MAI 2026

L'EXPÉRIENCE

Un après-midi dédié à la détente et au retour à soi, entre yoga, soin et relaxation profonde.

Une expérience intime et personnalisée pour ralentir, relâcher et se reconnecter au corps.

LE DÉROULÉ

- 1h de yoga doux, accessible à tous, pour détendre le corps et apaiser le mental
- À partir de 15h45 – massages de 30 minutes (tête ou pieds)
- Rituel personnalisé avec bol Kansu
- Accès libre durant l'après-midi : sauna & bain nordique
- Pause bien-être et collation

LES INTERVENANTES

Ilenia

Yogini depuis 15 ans, elle propose une pratique de yoga douce, fluide et accessible à tous, favorisant détente et présence.

Virginia

Nathuropathe, elle propose des massages inspirés des traditions ayurvédiques, avec un rituel personnalisé.

INFORMATIONS & CONTACT

- Vendredi 16 mai – à partir de 14h30
- Virginia : +33 6 23 99 57 88
- Inscription obligatoire :
https://www.crenolibre.fr/prendre-rdv/81145_virginia-candelaresi/evenement/51_un-apres-midi-bien-etre





Avec Pierre Legros & Aurore Widmer

5 → 7 JUIN 2026

L'EXPÉRIENCE

Une immersion de trois jours au cœur de traversées collectives, soutenues par la présence du groupe et du vivant.

LES INTERVENANTS

Pierre Legros

Il ouvre des espaces de traversée intérieure, où chacun peut déposer les masques et revenir à l'essentiel.

Son travail s'ancre dans la puissance du collectif et du vivant, au service de la transformation intérieure.

Aurore Widmer

Elle accompagne chacun à faire la paix avec son histoire et à se relier au vivant en soi.

Elle soutient l'accueil des émotions et la régulation du système nerveux à travers une écoute profonde et incarnée.

INFORMATIONS & CONTACT

- Du Vendredi 5 au Dimanche 7 juin 2026
- Réservations : +33 06 49 42 72 55

L'EXPÉRIENCE

Une immersion pour explorer le lien entre la voix et les émotions.
Un espace pour laisser circuler, exprimer et transformer ce qui est vécu intérieurement.

L'INTERVENANTE

Marie Girardot-Viry

Thérapeute par la voix et chanteuse, elle accompagne l'exploration des émotions à travers les vibrations de la voix.

INFORMATIONS & CONTACT

- Du Samedi 11 au Mardi 14 juillet 2026
- Pension complète
- Tarif early bird jusqu'au 15/05
- Réservations : <https://enchanterlavoix.com/chanter-ses-emotions-les-retraites>



Enchanter la Voix

Retraite

Chanter ses ÉMOTIONS

11, 12, 13, 14 juillet à Seyssel

Tu ressens beaucoup et tu ne sais pas comment l'exprimer ?
Et si ta voix pouvait te libérer ?

- > Connecte-toi à tes ressentis
- > Explore les pouvoirs de ta voix
- > Transforme tes émotions

Avec Marie Girardot-Viry
thérapeute par la voix & chanteuse
www.enchanterlavoix.com

Tarif préférentiel jusqu'au 15/05
Viens à 2 !
tarif duo

Réserve ta place

