

Semaine Zen Ô Sybelles du 27 janvier au 2 février

Les Sybelles au sommet du bien être!



Nos valeurs

- Le domaine skiable des Sybelles, 4eme de France, place au centre de ses valeurs **le partage, l'échange et la découverte!**
- Comme une évidence, l'univers du bien-être s'invite sur le domaine pour un événement original où **l'humain et la nature entrent en osmose**

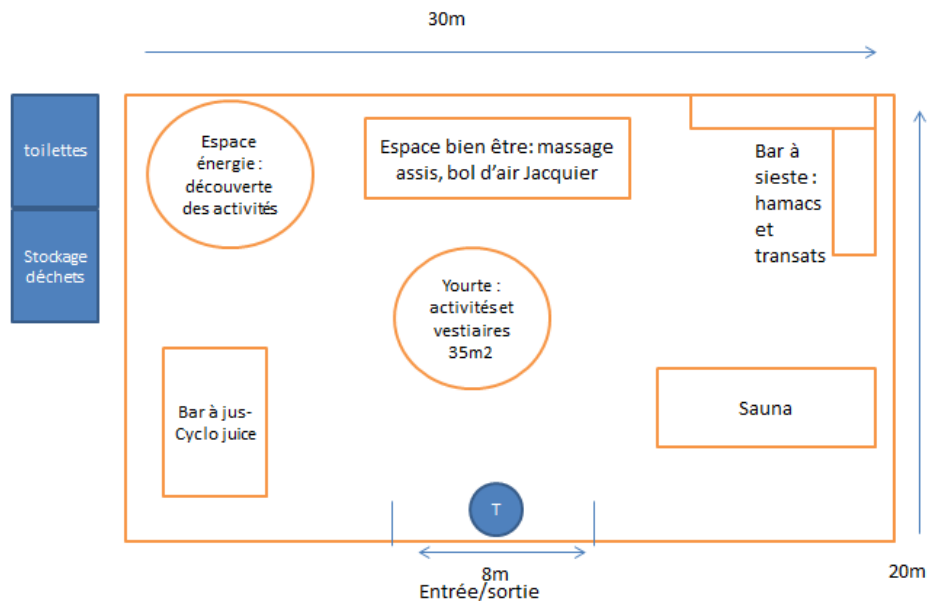
Le concept

- 1 semaine sur le thème du bien être :
Du **samedi 27 janvier au vendredi 2 février 2018**
- Des activités et animations sur les pistes et en station :
 - ❖ **Au sommet de l'Ouillon à 2 400m d'altitude** : un village d'animations sur le thème du bien-être ouvert en journée (*de 10h à 15h -horaire sous réserve*)
 - Un bar à jus** pour déguster des smoothies. Un Cyclo juice vous permettra de préparer vous-même votre smoothie en pédalant sur un vélo!
 - Un espace énergie** avec des ateliers pour découvrir les pratiques du bien-être (yoga, sophrologie, méditation...) en plein air ou sous yourte en fonction des conditions météo ;
 - Un espace bien être** avec massages assis et bol d'air Jacquier (inhalations favorisant l'oxygénation de l'organisme)
 - Un bar à sieste** avec transats pour se relaxer face au Mont Blanc ;
 - Un sauna**
 - ❖ **En station** : des activités, conférences et ateliers animés par des professionnels (toute la journée et en soirée)

- Se recentrer et se reconnecter à soi :
Douceur, Détente, Sérénité et Ressourcement comme maîtres mots de Zen Ô Sybelles
- Partager avec des professionnels
Convivialité et découverte pour petits et grands

Un village d'animations à 2400m d'altitude

**plan soumis à modification*



Un événement en collaboration avec des professionnels

Sonia Bouteiller -Sophrologue thérapeute ; formation ayurvédique ;approche thérapeutique chamanique ; Fondatrice et présidente de l'association Nilautpala à Saint Jean de Maurienne

Frédéric Blanchet -Naturopathe et masseur, Community manager, Bénévole à Maurienne TV

Tous deux sont des figures reconnues dans le secteur du bien-être et sont co –organiseurs du salon de la nature et du bien-être de la vallée de la Maurienne

Rejoignez-nous au sommet du bien-être !

Contact : Sophie Moret communication@sybelles.ski 06 95 733 33 84