

Horaire

Week-end

Connexion à soi

Programme de la retraite

Vendredi soir :

17h00 : Arrivée des participants

18h00 : Souper

19h30 : Accueil des participants, introduction de la fin de semaine et méditation guidée

21h30 : Fin de la soirée

Samedi :

08h00 : Déjeuner

09h30 : Enseignements de Katy

10h15 : Pause

10h30 : Méditation guidée

11h00 : Retour sur la matinée

12h00 : Lunch

14h00 : Enseignements de Katy

15h30 : Méditation guidée

16h45 : Pause

17h00 : Retour en groupe

18h00 : Souper

19h30 : Panel/Dialogue avec Katy

20h30 : Méditation guidée

21h00 : Fin de la journée

Dimanche :

08h00 : Déjeuner

09h30 : Enseignements de Katy

10h45 : Pause

11h00 : Méditation guidée

11h30 : Retour en groupe

12h00 : Dîner

14h00 : Période de partage

15h00 : Exercices de connexion avec Katy

16h00 : Fin du séjour

**Prendre note que les activités peuvent être changées ou décalées selon les besoins du groupe*