

chandolin boutique hotel

RETRAITE DE YOGA AVEC LA PLEINE LUNE ET ATELIERS DE YOGA DU VISAGE DE GUA SHA DU DIMANCHE AU VENDREDI (5 NUITS)

- **Du dimanche 10 au vendredi 15 juillet 2022**
 - Workshops/retraites de soins holistiques du visage avec Patricia de La Maison Du Visage
 - Découverte des plantes sauvages avec Pascale Haegler de Swiss Alpine Emotion
 - Cours de yoga autour de la pleine lune avec Johanne Haari

Le package inclus :

- 5 nuits avec petit-déjeuner
- Accueil avec notre boisson maison
- Une séance de yoga en fin de journée (total de 5 séances d'une heure)
- Atelier yoga du visage 90 minutes
- Atelier Gua Sha de 90 minutes
- Atelier de massage du visage de 60 minutes
- Plus un soin au choix : soit le soin du visage Sculpt & Lift de 75 minutes, soit le soin du visage Gua Sha de 75 minutes
- Une demi-journée de balade et de cueillette aux alentours de Chandolin. Dégustation des plantes
- Souper 3 plats végétarien (hors boissons)
- Libre accès au Spa
- -10% sur soins & produits Spa
- -10% pour nuit supplémentaire avec petit-déjeuner (sur le tarif public)

TARIF EN OCCUPATION SIMPLE OU DOUBLE

Retraite au féminin – 5 nuits	Chambre en occupation simple	Chambre en occupation double
Chambre Economy – Nord (lits superposés)	CHF 1'750.-	CHF 2'900.-
Chambre Supérieure - Nord	CHF 1'950.-	CHF 3'100.-
Chambre Premium - Sud	CHF 2'150.-	CHF 3'300.-
Chambre Deluxe - Sud	CHF 2'250.-	CHF 3'400.-
Chambre Suite - Sud	CHF 2'950.-	CHF 4'100.-

Taxes de séjour en supplément à CHF 4.00 par personne et par nuit.

Offre valable du 10 au 15 juillet 2022 – sur réservation et selon disponibilité.

Nombre de participants minimum 4. Nombre de participants maximum 8.

L'hôtel se réserve le droit d'annuler la retraite 14 jours avant si le nombre de participants minimum n'est pas atteint.

Le prépaiement total du séjour est débité 7 jours avant la date d'arrivée. Toute éventuelle modification doit être communiquée par écrit. Toute modification ou annulation 7 jours avant l'arrivée entraînera des frais équivalant à 100% du séjour.

chandolin boutique hotel

Déroulement type de la semaine

Dimanche :

- A partir de 15h00 : arrivées des participants
- 16h30 : Présentation de la semaine
- 17h00 – 18h00 : Cours de yoga
- 19h00 : Souper végétarien au restaurant

Lundi :

- 7h30– 10h30 : Petit-déjeuner buffet libre
- 10h30-12h00 : Atelier Yoga du visage
- 13h45-15h00 : Participante 1 soin de son choix
- 15h30-16h45 : Participante 2 soin de son choix
- 17h00 – 18h00 : Cours de yoga
- 19h00 : Souper végétarien au restaurant

Mardi :

- 7h30– 10h30 : Petit-déjeuner buffet libre
- 10h30-12h00: Atelier Gua Sha
- 13h45-15h00 : Participante 3 soin de son choix
- 15h30-16h45 : Participante 4 soin de son choix
- 17h00 – 18h00 : Cours de yoga
- 19h00 : Souper végétarien au restaurant

Mercredi :

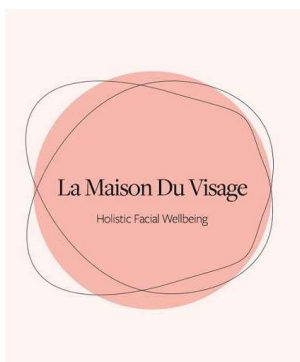
- 7h30– 10h30 : Petit-déjeuner buffet libre
- 10h30-11h30 : Atelier de massage du visage
- 13h45-15h00 : Participante 5 soin de son choix
- 15h30-16h45 : Participante 6 soin de son choix
- 17h00 – 18h00 : Cours de yoga
- 19h00 : Souper végétarien au restaurant

Jeudi :

- 7h30– 9h00 : Petit-déjeuner buffet libre
- 8h30 – 9h30 : Cours de yoga
- 10h00-11h15 : Participante 7 soin de son choix
- 11h45-13h00 : Participante 8 soin de son choix
- 14h00 – 18h00 : Balade, cueillette et dégustation de plantes sauvages
- 19h00 : Souper végétarien au restaurant

Vendredi :

- 7h30– 10h30 : Petit-déjeuner buffet libre
- 12h00 : Départ



chandolin

boutique hotel

Face Yoga, Gua Sha & Face Massage Workshop, quésaco?

Lors de ces 3 ateliers soins du visage holistiques, vous découvrirez de précieuses techniques d'auto-soin et d'anti-âge. Que vous voyiez les premiers signes du vieillissement et souhaitiez les prévenir ou que vous ayez déjà des rides et ridules profondes, ces exercices et techniques vous seront bénéfiques.

Au cours des ateliers, vous apprendrez à connaître la peau, le processus de vieillissement, l'importance du cou, la posture et comment le yoga du visage (Face Yoga), le Gua Sha et le massage du visage vous seront bénéfiques. Vous serez guidée pas à pas dans une routine de Face Yoga/Gua Sha/massage du visage qui couvrira toutes les zones du visage et vous aidera à obtenir les meilleurs résultats en un minimum de temps : éliminer la lymphe stagnante pour dégonfler, réduire l'apparence des rides et ridules, stimuler la circulation et la production de collagène, réduire les cernes, lifter le cou, les joues et les sourcils, sculpter et tonifier le visage. Vous recevrez le contenu écrit de tous les ateliers afin de pouvoir pratiquer ces rituels de beauté au quotidien.

Le soin holistique de votre choix

Un soin du visage holistique de La Maison Du Visage est bien plus qu'un simple traitement de beauté. Le visage est le miroir de notre être intérieur et représente tout ce qui se passe dans notre esprit, dans notre corps, dans notre âme et dans nos émotions. Patricia combine des traditions anciennes avec des techniques modernes pour nourrir et promouvoir la santé et la beauté ultimes. Vous pouvez choisir l'un des traitements faciaux suivants:

- Le **Gua Sha Facial Fusion** est un traitement de 75 minutes pour le visage, le cou et le décolleté avec des champignons Gua Sha cuits à la vapeur et se terminant par un massage de modelage du visage Thai Wei, qui ravive et lisse la peau en vous laissant des contours et un éclat radieux !
- Le traitement **Sculpt & Lift Facial** de 75 minutes est une méthode de rajeunissement naturel composée de techniques de modelage, de lifting et de massage intra-oral. Cette combinaison va énergiser les muscles, rajeunir la peau et stimuler la microcirculation tout en favorisant votre bien-être général pour une expérience profondément relaxante, avec pour résultat un fini sculpté et éclatant avec un magnifique lifting visible !

Yoga en lien avec le cycle lunaire

En tant que femme nous évoluons selon un rythme cyclique tout comme la lune. Chacune des phases lunaires est animée par une énergie singulière que l'on retrouve en écho avec les 4 saisons, les 4 éléments (eau-terre-air-feu), notre cycle menstruel et les étapes de vie des femmes. A travers la pratique du yoga tel que les asanas, la respiration ou encore la méditation, nous explorerons ces différentes facettes du féminin que nous traversons chaque mois tant sur le plan énergétique que corporel. Nous alternerons entre des pratiques douces et plus énergisantes, adaptées aux possibilités de chacune, et laisserons briller la femme rayonnante présente en chacune de nous à la lumière de la pleine lune et de l'été. Un temps pour honorer nos rythmes, nos féminités, notre lien avec la nature et nos corps en mouvement.

chandolin boutique hotel

NOS CHAMBRES

L'accès aux chambres est garanti au plus tard à 15h le jour de l'arrivée. Elles doivent être libérées pour 12h le jour du départ. Selon la loi en vigueur, l'hôtel est entièrement non-fumeur.

Adhérant aux normes Minergie, toutes les chambres ont été entièrement rénovées avec des couleurs chaudes et décorées dans un style élégant, combinant modernité et tradition. Elles disposent d'un grand lit (non-jumelable), d'une machine à café Nespresso, d'un minibar et d'une tablette avec accès internet et presse numérique.

NOTRE RESTAURANT

Le Chandolin Boutique Hotel présente « [Le Restaurant](#) » salué d'un honorable 14/20 par le fameux guide « Gault & Millau ». Dans un décor chaleureux, notre équipe de cuisine travaille des produits locaux, authentiques et de saison, mais aussi des ingrédients invitant à un voyage culinaire en dehors des frontières. La salle intérieure est dotée d'une cheminée centrale.

NOTRE SPA « ALTITUDE WELLNESS »

L'intime [Spa « Altitude Wellness »](#) offre des installations modernes et comprend une cabine de soins, un sauna, un hammam, une douche en brume froide et un espace de relaxation avec sa tisanderie (dès 16 ans).

Vous pouvez consulter ici notre [Carte](#) du Spa « Altitude Wellness » (soumise à modification). Les réservations sont fortement recommandées.

NOTRE « SALON DES ETOILES »

Le « Salon des étoiles » est un espace dédié au confort, parfait pour se reposer, se réunir. Un lecteur DVD, des jeux et des livres sont à disposition de nos hôtes. Equipé d'un grand écran interactif, l'endroit est également idéal pour accueillir des [réunions d'entreprise ou des événements exclusifs](#) pouvant réunir 15 à 20 personnes.

LE VOYAGE VERS CHANDOLIN

Temps de trajet	Aéroports	Genève 2h15 (v)	Zurich 3h30 (v)	Sion 45 minutes (v)
(b= bus ; v= voiture)	Gare	Sierre 35 minutes (v) / 1 heure (b)		

L'hôtel dispose d'un garage souterrain à CHF 20.- par jour ou d'un parking extérieur gratuit.

La route entre Sierre et Vissoie sera fermée du 15 mai au 15 juillet 2022. La déviation se fera par Vercorin.