

RECHARGE YOUR POWER & ENERGY

Liljero Retreat

Som vi har längtat och nu! Äntligen blir det av !

Vi bjuder in dig till en härlig retreat helg 25-27 januari 2019!

Vi är två pippi-tjejer som tycker att det är vore så mysigt att få hänga med er under några dagar här.

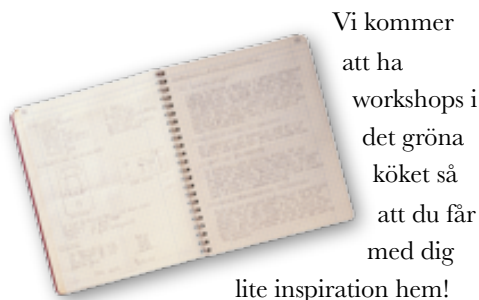
Det blir en helg fylld med

Yoga, busigt, lekfull pippi power

Föreläsning/samtal/workshop "Kan du få in mer pippi i ditt liv?"

Tänk att få måla en tavla, eller rent av börja på den där boken du funderat på...

Vi kommer att vara både inne och ute om vädret tillåter och vad sägs om lite rolig träning; Kullerbyttor, get-ups, grodhopp, åsnesparkar, kasta däck, parövningar...



I priset ingår; alla aktiviteter, material, mat och boende. Transport samåkning eller egen bil.

Gruppen blir liten max 8 deltagare plus oss två!

2.995:-/person

För mer information eller om du vill boka din plats hör av dig till någon av oss!

Catta & Sissi



Vilka är då Catta o Sissi?

Vi träffades för 6 år sedan i samband med utbildningar till stress & friskvårdsterapeuter och coacher. Vi visste redan då att vi ville göra något tillsammans, något som kan hjälpa andra att må bra, hitta balans i livet.

Vi jobbar med att hjälpa människor till balans i livet!

För att hitta denna balans arbetar vi med ex;

Massage

Kost & Hälsoacoaching

Viktrådgivning

Stresshantering - Mindfulness

Yoga och annan träning

Men, livet får inte bara vara arbete med slit och vardag, eller hur?

Vi måste få möjlighet att stanna upp, lyssna inåt, hitta tillbaka till kärnan i oss själva utan att för den skull ha det tråkigt!

Så, häng med oss på en skön helg i fantastiskt vacker miljö och låt dig svepas med i en kreativ avslappning!



Liljero Retreat ligger i Högsbo, 5 min från Tärnsjö, Heby kommun, Uppsala län.

Kika gärna in på www.liljero retreat.se för lite inspirerande bilder och information om stället.