

SÉJOUR EN GRÈCE
SUR L'ÎLE DE SYROS

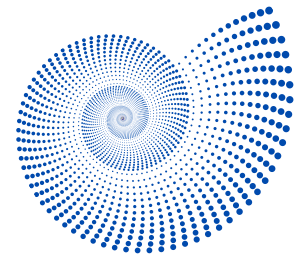


NAGE COSMIQUE dans LES Cyclades

Avec Marion De Sirius

Venez onduler & spiraler cosmiquement
pour vibrer la Spirale Universelle
jusqu'au coeur de votre ADN

Du 1er au 8 Juillet 2024



AQUA RELIANCE

Un temps d'exploration et de
reconnexion à votre nature aquatique

Durant ce séjour, nous allons nous immerger quotidiennement dans les eaux de la Mer d'Égée. Huit jours de pause et d'intériorisation pour se reconnecter à sa propre nature, à son essence sacrée. Un temps pour SOI et avec SOI en reliance avec l'élément EAU. Un pur moment de détente entre méditation et yoga aquatique. Un voyage cosmique aux sensations uniques.

TEMPS FORTS

- Séances quotidiennes de NAGE COSMIQUE avec Marion De Sirius, en piscine et en mer.
- Séances individuelles sur demande pour aller plus en profondeur dans cette reliance à l'élément EAU.

LES PLUS

- Petit groupe privé et intime
- Charmant hôtel à proximité de la mer
- Une grande piscine pour pratiquer en toute sérénité
- Diverses activités pour découvrir l'île autrement
- Du TEMPS pour SOI

VOTRE ACCOMPAGNATRICE



Marion De Sirius

Marion De Sirius a créé le concept d'ACADÉMIE NOMADE DE NAGE COSMIQUE pour transmettre la NAGE COSMIQUE à travers les mers et les océans de la planète ; des nages ondulatoires rotatives alternatives permettant de nous synchroniser avec le mouvement naturel vortexiel de l'Eau.

Via cette pratique unique, Marion De Sirius vous accompagne dans la re-découverte de l'élément aquatique afin de ressentir et vivre l'EAU autrement, de vous reconnecter à son énergie vitale en spirale, de la faire vibrer au cœur de vos cellules et de retrouver votre verticalité intérieure, en APESANTEUR.



Marion propose également un SOIN D'EAU spécifique, une approche corporelle de relaxation aquatique DANS l'eau et AVEC l'eau pour...
ÉTIRER - FLUIDIFIER - LIBÉRER



Lâcher-prise, se laisser porter, bercer, onduler, spiraler au rythme de l'élément, retrouver sa fluidité intrinsèque en toute quiétude ; autant de plaisirs à vivre à travers cette rencontre unique avec la matrice EAU.



La Nage Cosmique



La NAGE COSMIQUE c'est une pratique aquatique d'un nouveau genre qui se décline en différentes nages intégrant les trois principes fondamentaux de l'Univers : la SPIRALE, l'ONDE & l'ALTERNANCE. Ces nages originales inspirées du mouvement vortexiel naturel de l'EAU, nous reconnectent à notre essence divine, notre propre source d'inspiration.

En quoi ça consiste ?



La NAGE COSMIQUE c'est le pouvoir de la Spirale, de l'infiniment grand à l'infiniment petit... car dans l'Univers, tout est SPIRALE... du MACROCOSME - galaxies, trous noirs, déplacement hélicoïdal du système solaire, en passant par les tornades et les gyres océaniques - au MICROCOSME - mouvement de l'eau, croissance des plantes, forme des coquillages, développement du fœtus, circulation sanguine, molécule d'ADN...



La NAGE COSMIQUE, c'est nager en RELIANCE avec l'énergie de la Spirale universelle qui nous rapproche de la Source originelle. La NAGE COSMIQUE nous permet ainsi de plonger au cœur de notre ADN pour réactiver cette puissante vibration qui fait remonter en surface et libère le potentiel unique enfoui en chacun d'entre-nous. Si nous voulons vivre en harmonie avec l'Univers, nageons en résonance avec les Spirales universelles. C'est le concept même de la NAGE COSMIQUE !



Les effets de la NAGE COSMIQUE



Nager de manière ondulée, spiralée, en alternance, pendant plusieurs minutes consécutives, vous plonge dans un état de sérénité et de communion intime avec votre Source. C'est une technique simple pour s'ouvrir intérieurement, développer ses perceptions et élever ainsi son niveau de Conscience. Introduire la Spirale universelle dans sa nage permet de vivre de nouvelles expériences dans l'élément aquatique connu pour être un amplificateur d'ondes, de vibrations, de sensations.

Nager autrement pour accueillir la Légèreté, libérer la Fluidité et vibrer la Joie de l'Être

VOTRE HÉBERGEMENT

Vous séjournerez à l'hôtel Alkyon, hôtel 2* supérieur. La simplicité et l'authenticité décrivent parfaitement l'atmosphère de l'Alkyon. Ce magnifique hôtel fleuri aux couleurs de la Grèce offre une agréable piscine, une salle de restaurant chaleureuse et un bel espace extérieur avec vue imprenable sur la mer. Les chambres, en occupation simple ou double, sont toutes équipées d'une salle de bain, d'un balcon, d'un réfrigérateur, d'un ventilateur, de la climatisation, d'un sèche-cheveux, d'un téléviseur, d'un mini coffre et de musique.



SYROS - la capitale des Cyclades

Bienvenue à Syros, la capitale des Cyclades, une île aux charmes tout en contrastes au cœur de la mer Égée. Ermoupolis et son élégance, Ano Syros, village médiéval aux couleurs des Cyclades, des villages traditionnels sur la côte et dans les terres, la beauté sauvage d'Apano Méria dans le nord - partie la plus sauvage et la plus préservée de l'île. Vous serez immédiatement conquis par la diversité et la splendeur des paysages de Syros. Cette île séduira les amoureux d'authenticité !



JOURNÉE Type

- 7h-8h : Petit-Déjeuner
- 9h-11h30 : atelier en groupe de Nage Cosmique en piscine et/ou en mer selon les jours et les conditions météorologiques
- 12h30-14h : Déjeuner/Pique-Nique
- 14h-19h : Temps libre
- 14h-16h : séances individuelles privées de Soins d'Eau avec Marion (sur demande) en mer ou en piscine selon les conditions météorologiques
- 19h-20h : Temps d'échange et de partage en groupe (facultatif)
- 20h-21h : Dîner

Une journée libre est prévue pour tout le groupe en milieu de séjour (à définir selon la météo). L'hôtel propose différentes activités payantes et sur réservation (voir options payantes ci-dessous). Des séances individuelles privées de Soins d'Eau avec Marion seront possibles dans l'après-midi, sur demande.

Activités sur place

Il y a des circuits de randonnée pour les marcheurs mais aussi des balades plus simples comme grimper jusqu'à la chapelle pour profiter d'une magnifique vue. L'arrêt de bus est à deux pas de l'hôtel et la ligne dessert tous les villages et plages. Il est également possible de louer une voiture à la journée. Sur place, à l'hôtel, vous avez accès à une magnifique piscine et les plages sont tout près !

OPTIONS PAYANTES :

- Atelier de cuisine avec repas : 78€/personne
- Visite d'Ermoupolis ou Ano Syros avec guide en français : 20€/personne
- Visite du Musée du textile avec guide en français : 20€/personne ou 40€ avec repas

Sur réservation auprès de l'hôtel.

Du 1er au 8 Juillet 2024

SÉANCES QUOTIDIENNES



Séances de groupe de 2h30

Les ateliers en groupe se font tous les matins en piscine pour commencer puis en mer en fonction des conditions météorologiques.

La Nage Cosmique se pratique par étape en commençant par l'apprentissage et la maîtrise de la flottaison toute en douceur et au rythme de chacun.

Au fil des jours, Marion vous enseigne de nouvelles nages en spirale jusqu'à découvrir les nages synchronisées pour les nageurs plus aguerris. Encore une fois, nul besoin d'être un bon nageur pour pratiquer la Nage Cosmique. Cette pratique aquatique unique s'adresse à tous !

Séances privées de 45min

Séances individuelles de Soins d'Eau tous les après-midi entre 14h et 16h avec Marion De Sirius.

Séances payantes sur réservation.

Le Soins d'Eau proposé est une approche énergétique corporelle sous forme de relaxation aquatique qui se pratique dans l'eau pour Étirer - Fluidifier - Libérer en douceur et profondeur.

Réservation sur place auprès de Marion.



Du 1er au 8 Juillet 2024

Tarifs Du SÉJOUR

Ateliers de Nage Cosmique

Tarifs séances individuelles sur demande

6 séances de groupe
495€ / personne

Hébergement à l'Hôtel Alkyon en pension complète

- 7 nuits en chambre individuelle

1108€ / personne

- 7 nuits en chambre double partagée

865€ / personne

- 7 petits déjeuners : café ou thé ou lait, croissant, cake, pain, beurre, confiture, fromage-jambon/saucisson ou oeuf, yaourt, miel, jus d'orange, fruit, fruits secs
- 7 paniers pique-nique
- 7 dîners (boissons non comprises)
- 1/2 journée d'excursion en bateau vers les plages du Nord

NOTES IMPORTANTES

Acompte de 200€ pour le stage et de 200€ pour l'hôtel.
Les règlements Stage et Hôtel se font séparément.

Réservation du stage de Nage Cosmique : mariondesirius@gmail.com

Réservation de l'hôtel auprès de la gérante Catherine Arvanitis :
alkyonsy@gmail.com ou directement en ligne : [CLIQUEZ ICI](#)

Possibilité de régler votre séjour à l'hôtel avec vos chèques vacances.
Signaler toute intolérance alimentaire au moment de votre réservation.

À CONSIDÉRER DANS VOTRE BUDGET

- Les transports (vol et ferry) pour se rendre jusqu'à l'île de Syros
 - Les séances individuelles avec Marion De Sirius
 - Les activités proposées sur place par l'hôtel
- Les dépenses personnelles - achat de souvenirs
 - Une assurance voyage recommandée

VOTRE VOYAGE

Pour venir en Grèce

Le plus simple est de prendre l'avion entre votre pays de résidence et Athènes ou Mykonos en Grèce. Il existe des vols directs depuis Paris avec la compagnie Transavia (Cie de charter d'Air France/KLM).

En prenant vos billets à l'avance, le prix sera sensiblement moins cher. Il est également possible d'arriver et de rester plus longtemps sur place si vous le souhaitez. Voir avec l'hôtel Alkyon.

Pour vous rendre à Syros

Depuis Athènes, deux options s'offrent à vous :

- soit un vol direct Athènes/Syros avec SKY express
- soit le ferry au départ du port du Pirée. Trajet de 2h à 3h45. Métro depuis l'aéroport jusqu'au port (compter 1h).

Depuis Mykonos : prendre le bateau Blue Star Ferry situé à 15 minutes de bus de l'aéroport. Trajet de 45' à 1h20.

Il est préférable de réserver vos billets de ferry à l'avance.



Transferts depuis aéroport ou port de Syros assurés par l'hôtel



Contact & INSCRIPTIONS



Contact

Pour toute question relative au voyage, séjour, programme, paiement et conditions, veuillez contacter Marion De Sirius.



+506 7087 8711



mariondesirius@gmail.com



mariondesirius.com

Inscriptions ouvertes & places limitées !

Pour valider le stage : 8 personnes minimum.

Vous pouvez venir accompagné(e) d'une personne ne participant pas au stage.

Date limite d'inscription jusqu'au 15 juin

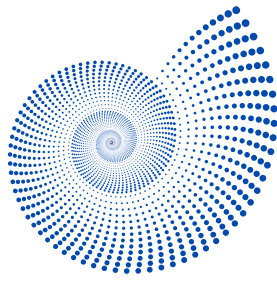
Pour vous réserver votre place au stage, envoyez directement un email à mariondesirius@gmail.com

Un acompte de 200€ pour le stage et de 200€ pour l'hôtel est requis au moment de votre inscription. Le paiement intégral du solde doit être fait au plus tard un mois avant le début du stage pour finaliser votre réservation.

À noter que ce montant est non remboursable en cas d'annulation à moins de 21 jours avant le départ.



Du 1er au 8 Juillet 2024



INSCRIPTIONS OUVERTES
PLACES LIMITÉES



Vibrez l'effet unique de la NAGE
COSMIQUE avec Marion De Sirius

Du 1er au 8 Juillet 2023 - en Grèce !