



Retraite Yoga & Floraison

Du jeudi **08** au dimanche **11 octobre 2026**

**La Souche Fleurie
Vallée de la Drôme**

A woman with long brown hair, wearing a white dress, is holding a bouquet of purple flowers. She is standing in a field of tall grass and wildflowers. The background is a soft-focus landscape with green grass and purple flowers.

Une retraite autour du féminin sacré

Hatha et Yin Yoga quotidiens, adaptés à tous les niveaux
(asana, pranayama et méditation)

Bain sonore aux vibrations et aux chants

Ateliers holistiques : yoga et philosophie, rituels autour
de l'ancrage et du féminin sacré, cartomancie

**Cercles de femmes, cérémonie de la Lune et
exploration de ses cycles**

Marche en forêt et connexion au vivant

Repas végétariens gourmands, faits maison

Temps de partage, d'écoute, de repos et d'intégration

Qu'est-ce que le féminin sacré ?

Le féminin sacré est une invitation à revenir à l'essentiel, à se reconnecter à sa nature profonde et à l'énergie féminine universelle présente en chacun de nous, quel que soit notre genre.

Il ne s'agit ni d'une croyance ni d'une religion, mais d'un chemin intérieur qui invite à se libérer des injonctions, des masques et des attentes extérieures pour retrouver son authenticité. C'est accueillir pleinement sa sensibilité, son intuition, sa créativité, sa force et sa capacité à prendre soin de soi, des autres et du vivant.

Une femme connectée à son féminin sacré est une femme créatrice heureuse et libre d'être elle-même. Elle avance avec plus de liberté, de confiance et d'alignement, en honorant son rythme, ses émotions et sa sagesse intérieure.

Au cours de cette retraite, nous explorerons ces différentes dimensions à travers le yoga, la sonothérapie, la connexion au vivant, les cercles de femmes, la cartomancie et des rituels inspirés des traditions ancestrales. Ensemble, nous créerons un espace bienveillant où chacune sera accueillie telle qu'elle est, sans attente ni jugement.

Le lieu

Au cœur de la Drôme, dans le charmant village de Mirabel-et-Blacons, **La Souche Fleurie** est un lieu pensé pour se retrouver, se ressourcer et vivre des séjours au rythme de la nature.

Un lieu qui se compose de plusieurs bâtisses du XVIIIe siècle et d'un vaste parc floral et paysager, une invitation au ressourcement qui se prête parfaitement à **notre retraite Yoga & Floraison**. Vous séjournerez dans les cottages Lucien & Marcel.



La souche fleurie

MAISON & COTTAGES
YOGA BIEN-ÊTRE



Joie de vous accueillir dans cet écrin de verdure

Pour celles qui ne me connaissent pas encore, **je suis Jade, professeure de yoga et créatrice d'expériences holistiques immersives.** J'accompagne les femmes à se reconnecter à leur puissance intérieure, à mieux comprendre, accueillir et exprimer ce qu'elles ressentent, afin d'avancer avec davantage de confiance, de sérénité et d'alignement.

Cette retraite autour du féminin est une invitation à ralentir, à s'écouter et à s'offrir un espace de présence, propice à une introspection douce et bienveillante.

À travers le yoga, la sonothérapie, la connexion au vivant, les cercles de femmes, la cartomancie et les savoirs ancestraux, Célia et moi avons imaginé une expérience immersive, sensible et profondément ancrée. **Un voyage intérieur pour explorer son féminin sacré, renouer avec son intuition et repartir plus alignée avec soi-même.**

Une retraite (co)créée

Avec **Célia**, professeure de yoga, masseuse thaï, praticienne en soins rebozo, sonothérapeute et **doula**.
Installée au Costa Rica, elle a à cœur de transmettre les savoirs ancestraux qu'elle a acquit durant dix ans.



La Souche Fleurie,
Un lieu propice au retour à soi



La Souche Fleurie,

Paysage autour des cottages Lucien & Marcel où vous séjournerez





Les extérieurs du cottage Lucien





Un cottage chaleureux pour se retrouver





Des chambres confortables et instimistes





Des espaces vivants & colorés pour se retrouver

La Souche Fleurie,

Le parc floral et paysager des cottages Lucien & Marcel





Le Jardin d'hiver

Espace intérieur pour la pratique du yoga



Le Jardin d'été

Espace extérieur pour la pratique du yoga



Des pratiques immersives
pour se ressourcer

A woman with long brown hair is lying on her back on a purple textured mat. She is wearing a black long-sleeved top and black leggings. Her hands are resting on her abdomen, and her legs are bent at the knees. In the foreground, there are two singing bowls on wooden stands. One bowl is on the left, and the other is on the right. The room has large windows in the background, showing a view of a garden with trees and a stone wall. The text "Des pratiques immersives pour descendre dans ses profondeurs" is overlaid on the image in a yellow font.

Des pratiques immersives
pour descendre dans ses profondeurs



Des pratiques immersives
pour se déposer



Des pratiques immersives
pour ressentir



Des repas végétariens gourmands et locaux,
parents agriculteurs obligeant :)



Des paysages bucoliques

entre forêts, montagnes, vignes, rivière, et villages de caractère



S'offrir du temps

3 nuits, 4 jours

590€

Pour celles qui cherchent à ralentir, se recentrer, s'écouter

Débutantes et pratiquantes régulières

Groupe intimiste et exclusivement féminin

490€

Tarif Early Bird réservé aux 4 premières inscrites

Places limitées, 9 personnes maximum

Réservation et information

jade@lasouchefleurie.com

06 32 38 85 63