



# RessourceOcéan

12 au 14 juin 2026

ChiGong/Massages/Soins Aqua/Vibration

**La bulle détente, un week-end bien être à l'océan : Se régénérer, se déposer, se re-sourcer.**

Au bord de l'océan, les yeux plongés dans le bleu, Emmanuel et Virginie vous invitent à vivre une parenthèse hors du temps, au cœur des Landes.

Plus qu'un week-end, une bulle de douceur, un espace pour ralentir, respirer et prendre profondément soin de soi.

Ici, rien à réussir, rien à apprendre.

Juste être, se laisser porter par les éléments, par le souffle, par la présence.

Au fil de ces journées :

✨ **Qi Gong, respiration et visualisations**, pour éveiller l'énergie vitale en douceur

🧘 **Des soins personnalisés :**

- Acupuncture
- Tantsu (Shiatsu empathique, au sol)
- Massage sur table Bio-hypnosis
- Watsu/Wata (soins aquatiques en eau chaude à 34 degré dans d'un bassin de nage)

🎵 **Des siestes musicales délicates, pour s'abandonner aux sons et au silence**

🌊 **Balades et baignades dans l'océan, plages infinies et couchers de soleil majestueux**

Le tout enveloppé de nourriture bio et végétarienne, des temps de partage et une atmosphère chaleureuse pour soutenir l'expérience...

Un temps pour se déposer, se régénérer, nourrir l'âme...

Un moment pour s'offrir une vraie pause intérieure, soutenu par la présence bienveillante de Virginie et Emmanuel.

#### Vos accompagnateurs:



##### **Emmanuel Pastor:**

Depuis toujours pratiquant d'art martiaux, déjà praticien de Shiatsu, J'ai découvert le Tantsu en 2008 avec le Watsu. Je m'y suis immergé avec bonheur. Au point d'y mêler mes connaissances martiales et de médecines chinoises accumulées depuis mes 15 ans.



##### **Virginie Sueres:**

Praticienne certifiée Watsu® Wata® et Healing Dance® ainsi que diverses méthodes de thérapies aquatiques et terrestres depuis 15 ans. Pratique de danse et chant libre (Contact improvisation, Body Mind Centering, chant Dhrupad et circle song) ainsi que diverses approches somatiques.

Photographe depuis 25 ans, formée à la

Sonothérapie®, la lumière, le mouvement, l'eau et le son ont toujours été un lieu de recherche!



#### **Inscription et hébergement:**



Lieu : Vieux Boucau dans les Landes (40), cadre magnifique au bord de l'océan

**Beach Camp Temple : <https://beachcamp temple.com/>**

Arrivée possible le vendredi 12 juin fin après midi à partir de 18h00 ....

Départ le dimanche 24 juin soir 17h30

#### **Coût :**

290 €/personne /frais soins + salle et bassin

260 €/ personne tarif early bird inscription avant le 24 mai 2026

**Inscriptions validées à réception de la fiche d'inscription+arrhes 70€**

#### **Hébergement en plus:**

40 €/nuît chambre "cabine individuelle" (+5€ avec petit dej)

30 €/nuît/personne dans la tente Lotus devant le gîte (+5€ avec petit dej)

Chambre double privée sur demande dans la maison à côté du gîte

Ou externe, Camping Municipal Les Sablères au pied de la dune.



🍴 Repas = Autogéré, une petite cuisine équipée est sur place dans le gîte en accès libre pour préparer vos repas.

**Recommandé: Possibilité sur commande repas 20 € par personne par repas.**

(une option confort pour le séjour)

Les repas équilibrés sont réalisés par une chef vegan avec des produits locaux, bio et ou végétarien!

🙏 Au plaisir de prendre soin de vous sur la dune! 💧

