

Programme 7 au 14 novembre 2026 – FLOW

Sérénité Nomade

L'esprit du séjour : Je t'invite à vivre un véritable voyage intérieur, sans pression ni rigidité. Viens exactement comme tu es. Ici, on ne "travaille" pas sur soi : on s'explore, on s'amuse et on célèbre la vie ensemble avec légèreté. C'est une parenthèse pour faire de l'espace avant l'automne, entre moments de profondeur et plaisir d'être simplement là, les pieds dans le sable.

Jour 1 • accueil et ouverture du cercle - Le souffle du nouveau

Accueil à la villa, installation et temps libre pour te déposer à ton rythme.

Cercle d'ouverture — « Poser son intention » pour lancer l'énergie du groupe.

Dîner au restaurant pour célébrer le début de l'aventure

Jour 2 • Ancrage & Découverte

Séance de Yoga & Ancrage face à l'océan, suivi d'un brunch coloré.

Temps libre (ou options: Surf / Kinésiologie)

Fin de journée - Cercle de partage pieds nus dans le sable

Soirée : Dîner convivial à la villa.

Jour 3 • Exploration - L'immensité et la lumière du Sud

Cap sur les lagons du Sud. On part vivre l'énergie nomade dans les un des paysages les plus époustouflants de l'île.

Brunch nomade sur place & cercles d'expression en pleine nature

Temps libre pour respirer avant le retour.

Dîner à la villa



Jour 5, la liberté du large

Une journée hors du temps, portée par le vent et les vagues. Je vous emmène pour une journée en mer en bateau privé pour une expérience unique de connexion avec l'océan et les îles

Cercle & Rituel — « Libération symbolique dans l'océan »

On laisse partir ce qui ne nous sert plus.

Dîner à la villa & repos

Jour 4 , Exploration des terres & marché local

Pratique de Yoga matinale et brunch.

Exploration des terres & marché artisanal

Atelier « Terre & Empreintes » avec l'argile pour se relier à l'histoire du lieu et à ses propres racines.

Apero et dîner pieds nus sous les étoiles

Jour 6, Exploration & Voyage intérieur

Exploration au lever du soleil « Volcans & Barrancos ». Une marche pour s'imprégner de la force brute de la terre.

Temps libre ou option Surf /kinesiologie

Workshop — « Ma Structure intérieure » : outils de kinésiologie pour matérialiser tes ressentis.

Soirée : Temps libre et dîner à la villa

Jour 7 Vision & intégration

Yoga face à l'océan & Brunch partagé.

Atelier créatif — « Mon Tableau de Visualisation » pour manifester ton retour et la suite de ton chemin.

Cercle de clôture — « Gratitude & Célébration ».

Dîner festif au restaurant pour fêter notre aventure



Jour 8 - Départ en douceur

Petit déjeuner gourmand

10h départ & Transfert

En résumé

- 4 séances de yoga pour réveiller le corps et apaiser l'esprit
- Cercles de femmes pour se relier, échanger & partager
- Ateliers créatifs & intuitifs en pleine nature
- Exploration de l'île hors des sentiers battus: plages sauvages, volcan, océan...
- Une journée hors du temps, en bateau privé, entre les îles pour une profonde connexion à l'océan.
- Randonnées découverte
- Marchés locaux...

♡ Et puis, des temps rien que pour vous, pour souffler, ralentir et vous retrouver..

Mais aussi...

 Mes Outils pour ton Voyage Intérieur

Au-delà de l'exploration de l'île, je mets à ton service mes outils de prédilection pour t'accompagner dans cette reconnexion à toi-même :

La Kinésiologie & l'Énergie : Pour décoder les messages de ton corps, libérer les blocages et structurer tes ressentis intérieurs de manière concrète. (en option)

Le Mouvement & la Danse Intuitive : Des espaces pour laisser ton corps s'exprimer librement, sans jugement, et retrouver ta fluidité naturelle.

Les Cercles de Parole & de Connexion : Des moments de sororité authentique pour partager, déposer et se sentir portée par l'énergie du groupe.

L'Expression Créative : Utiliser la matière (argile, tableau de visualisation) pour matérialiser tes émotions et ancrer tes intentions pour la suite de ton chemin. ✨



Et si tu le souhaites, pour cette édition, je propose l'expérience d'une initiation au surf, en option.

**Un concentré de douceur, d'exploration, de respiration...
pour te retrouver pleinement.**

Le programme peut être modifié en fonction de l'énergie du groupe et de la météo





Quelques mots pour t'accueillir...

Je suis tellement heureuse de vous partager les belles âmes qui vont nous accompagner pour cette édition d'août : « Océan & Liberté ».

Chacune d'elles porte une énergie unique, un regard sensible sur le monde et une manière toute personnelle de nous guider, nous soutenir et nous inspirer.

Pendant cette semaine entre volcans et lagons, vous serez invitées à vivre les choses à votre rythme, avec douceur et profondeur, exactement comme vous êtes. Mon souhait est de vous offrir un espace de légèreté, d'émerveillement et de ressourcement. À travers nos explorations sauvages et nos moments de pause, nous irons chercher cette connexion précieuse, avec vous-mêmes et avec les femmes qui nous accompagneront.



Les femmes qui t'accompagnent durant la semaine...



Clio Pajczer — Yoga & Mouvement conscient

Clio apporte une présence lumineuse et un yoga tout en fluidité.

Son enseignement est doux, précis, très connecté au corps.

Elle guide avec une simplicité qui fait du bien, et une sensibilité qui invite à ralentir, respirer, se sentir vivante.

Un yoga pour revenir à toi, sans performance, juste le plaisir du mouvement.



Mélanie – Cheffe @comocomo.lajares

Mélanie vit à Fuerteventura depuis plus de 15 ans, et on sent son amour de l'île dans chaque plat.

Sa cuisine est vivante, colorée, locale, un mélange de douceur canarienne, de créativité et de soleil.

Chaque brunch et chaque dîner seront un moment de partage, de gourmandise et de joie simple — une vraie nourriture pour le corps et le cœur.





Et puis il y a moi... Magali

(@serenite.nomade & @serenitenomade.creations)

Je suis kinésiologue, créatrice et facilitatrice d'expériences de transformation.

J'accompagne les femmes à se reconnecter à elles-mêmes, à travers le corps, la matière, le mouvement, l'expression et le partage. Je crée des espaces où l'on peut déposer, ressentir, exprimer et transformer — à son rythme, sans forcer.

Le voyage fait profondément partie de qui je suis. Deux tours du monde, des milliers de kilomètres parcourus, des rencontres, des cultures, des terres...Une manière de vivre, d'explorer, et de ressentir autrement. Aujourd'hui, j'amène ça dans les expériences que je propose.

Mon intention pour FLOW :

T'emmener dans des espaces où tu peux ralentir, respirer, et revenir à toi.

Créer un cadre à la fois simple et profond, où tu peux déposer ce qui est là, t'exprimer autrement, et laisser bouger ce qui en a besoin.

Te proposer différentes façons d'explorer : le corps, la matière, le mouvement, l'écriture, le silence, le partage.

Mais aussi...

Laisser de la place pour profiter, simplement. Rire, respirer, marcher, ne rien faire. Se sentir bien, sans devoir aller "travailler sur soi".

Explorer, oui.

Mais aussi vivre.

Ici, rien n'est imposé. Tu prends ce qui te parle, tu laisses le reste.

C'est un espace pour te libérer de ce qui pèse, retrouver de la clarté, et te reconnecter à ce qui est juste pour toi.

Un moment pour poser tes intentions, pas depuis le mental, mais depuis quelque chose de plus ancré.

Mon souhait est que tu puisses venir exactement comme tu es. Et que tu repartes avec quelque chose de vraiment vécu. Pas seulement compris, mais ressenti. Des moments qui marquent, et qui restent.

Si tu as la moindre question, je suis là.

Avec douceur,

Magali



En pratique

Nous serons basées au cœur du Nord sauvage, dans un écrin de sérénité entre volcans et océan. Un emplacement stratégique, à quelques minutes des plages turquoises et de l'énergie vibrante des villages bohèmes, tout en profitant du calme absolu de notre villa privée.

Ce qui est compris :

- Toutes les activités citées.
- Brunchs colorés & dîners cuisinés par notre cheffe locale + un repas au restaurant le premier et le dernier soir. (Plat + eau comprise)
- Transferts aéroport de Puerto Del Rosario à la ville aller-retour, inclus

✨ Offre Early Bird (2 premières inscrites)

- Ton pendentif en pierres naturelles -Sérénité Nomade Créations- offert. Une petite amulette énergétique faite main, pour vous accompagner bien après la retraite.
- (Je vous invite d'ailleurs à découvrir la toute nouvelle page que j'ai dédiée à créations @serenitenomade.creations)

🇪🇺 Tarifs

- 1 390€ en chambre partagée
- 1 650€ en chambre individuelle (limité)

Pour réserver ta place, vers avec un acompte de 30%.

Pour plus de douceur, il y a une possibilité de régler en 2 ou 3 fois sans frais, avec un dernier versement au plus tard le 15 octobre 2026

