



ALDEIA DO MECO | SESIMBRA

# CASAL do FRADE

WWW.CASALDOFRADE.COM

NOVEMBRO/2022

## PROGRAMA DETOX RELAX

### YOU CAN HEAL YOU AND YOUR LIFE

4 dias (24 a 28 de Novembro 2022)  
ALDEIA DO MECO-SESIMBRA



Queremos trabalhar com a sua Inteligência Natural de maneira que se possa conhecer melhor, ao nível da sua mente, corpo e coração. Propomos 4 dias de experiências transformadoras que possam ter impacto positivo a curto, medio e longo prazo.

Propomos 4 dias de experiências transformadoras que possam ter impacto positivo a curto, medio e longo prazo

#### O NOSSO OBJETIVO:

- Equilibrar o seu corpo.
- Expandir a sua mente
- Tranquilizar o seu coração

#### O programa inclui:

- Jejum ou alimentação funcional.
- Passeios
- Yoga
- Meditação
- Auto-massagem
- Auto-hipnose
- Visualização criativa
- Palestras
- Workshops de cozinha raw e vegetariana
- Alojamento em quarto duplo



RESPONSÁVEL	Cristina Bilbao Fernandes
DATAS	24 a 28 de Novembro 2022
PREÇO	580€ c/ Alojamento em quarto duplo
EXTRA PROGRAMA	Consultas de hipnose; Consultas de PNL; Hidroterapia do colón; Reflexologia; Massagem terapêutica e relaxantes; Suplemento quarto individual

Reservas e informações: Tel: (+351) 936 579 410 | Email: [cbf@sapo.pt](mailto:cbf@sapo.pt) | [www.casaldofrade.com](http://www.casaldofrade.com)