



Van je hoofd naar je hart.

Vuur & Water Retreat

12 juli - 19 juli 2025



Yoga, ontspanning, ademwerk, zelfzorg, 'comfort' food, loslaten: allemaal om de reis te kunnen maken van je hoofd naar je hart, gelinkt aan de elementen vuur en water.



[Ga naar de website van Aimée](#)
voor meer info over de locatie of
[Klik hier om je direct aan te melden!](#)



Van je hoofd naar je hart.



Tijdens deze mooie week ga je je onderdompelen in al het goede wat het leven, wat ons betreft, te bieden heeft! Yoga, meditatie, heerlijk eten, wellness en nog veel meer. Deze week staat in het teken van jón, je wordt heerlijk in de watten gelegd zodat je deze reis van je hoofd naar je hart kunt gaan maken. Er komen diverse yoga stijlen voorbij, misschien je favorieten stijlen maar ook wellicht nieuwe stijlen die je kunt ontdekken. Daarnaast zullen er yoga workshops of onderwerpen op het programma staan die je wat meer verdieping geven in de yoga-theorie. Zo ga je bewapend met wat meer achtergrond informatie terug naar huis aan het einde van de week. Alles wat we deze week doen is gelinkt aan de elementen vuur en water. Een prachtige combinatie die we verder gaan leren kennen.

Tijdens deze week kun je genieten van alles wat camping Aimée Porcher te bieden heeft. Je kan gebruik maken van de rivier, fijne wandelingen maken, lekker zwemmen in het meertje of in je hangmat luieren in je vrije uurtjes. Daarnaast kan je ervoor kiezen te kamperen, je kan je eigen tentje of ander kampeermiddel meenemen, een safaritent, of een huisje boeken.

Wat wij beloven: in deze week zal je stil staan, tot rust komen misschien tot mooie inzichten komen en fijne mensen ontmoeten. Je komt elke dag wat ruimer in je vel door yoga en rustiger in je hoofd door (korte) meditaties en het pure leven op Aimée.





Van je hoofd naar je hart.



In de ochtend zullen we de dag beginnen met dynamische yoga op ons prachtige outdoor platform na thee en een fruithapje. Elke dag heeft een eigen thema of accent die je uitnodigen dingen te gaan ontdekken in jezelf en meer te gaan voelen. De stijl zal variëren tussen hatha (flow), yin/yang of vinyasa.

In de middag óf de avond zal er nogmaals yoga zijn, dit kan een andere stijl zijn (yin of yoga nidra) of een leuke en leerzame workshop waarbij je uit je comfortzone wordt gehaald. Tijdens deze extra lessen kan iets lekkers niet ontbreken natuurlijk!

Alle lessen/workshops/activiteiten zullen gelinkt zijn aan de elementen vuur & water.

Wat mag je van ons verwachten?

Een fijne opening en afsluiting van een mooie week

Een mooie vuur-ceremonie aan het einde van de week

6x ochtend yogalessen van 90-120 minuten

3x middag of avond yoga lessen van 90-120 minuten

(de lessen zijn verplicht gekleed)

6x ontbijt incl. koffie/thee, zondag t/m vrijdag

2x een vegetarisch 3 gangen diner (zaterdag en vrijdag)

3x in deze week de mogelijkheid om gebruik te maken van onze heerlijke sauna

Gebruik van alle yoga-props tijdens deze week

Een groep van maximaal 20 deelnemers

Vooraf aan de week een uitgebreide vragenlijst zodat wij van belangrijke dingen op de hoogte zijn.

Tip! Neem je partner mee!

Jouw partner is meer dan welkom om met je mee te komen naar Aimée Porcher.

Hij of zij kan heerlijk ontspannen op de camping en mogelijk aansluiten bij het diner op zaterdagavond en/of vrijdagavond.

De rest is uitsluitend voor deelnemers aan de yoga week.

Voor dit mooie Vuur & Water retreat betaal je €495 per persoon.

Ga jij mee op reis van je hoofd naar je hart? Geef je dan nu snel op [via deze website](#) of scan deze QR code!

