



# TIME FOR YOU

**UNE RETRAITE PREMIUM TRANSFORMATIVE  
POUR RÉVÉLER VOTRE BEAUTÉ INTÉRIEURE**

**DU 4 AU 6 AVRIL 2025 |  
MONTPELLIER, FRANCE**



**JE SUIS ANNA**, MANNEQUIN PROFESSIONNELLE DEPUIS 15 ANS, ARTISTE FLORALE, ÉCRIVAINNE ET CHANTEUSE, AINSI QU'ENSEIGNANTE DÉVOUÉE DE KUNDALINI YOGA.

MON VOYAGE AVEC LE KUNDALINI A COMMENCÉ À LOS ANGELES, OÙ JE ME SUIS PLONGÉE DANS SA SAGESSE TRADITIONNELLE, M'ENTRAÎNANT INTENSIVEMENT POUR MAÎTRISER SON POUVOIR TRANSFORMATEUR.

LE KUNDALINI EST BIEN PLUS QU'UNE SIMPLE PRATIQUE — C'EST UN MOYEN D'ÉVEILLER L'ÉNERGIE INTÉRIEURE, DE SE RECONNECTER À SON ESSENCE VÉRITABLE ET D'EMBRASSER PLEINEMENT LA PROFONDEUR DE SON ÊTRE.

PHYSIQUEMENT, IL RENFORCE LE CORPS ET ACCROÎT LA VITALITÉ.

MENTALEMENT, IL CLARIFIE L'ESPRIT, AMÉLIORE LA CONCENTRATION ET RENFORCE LA RÉSILIENCE ÉMOTIONNELLE.

SPIRITUELLEMENT, IL LIBÈRE LA CRÉATIVITÉ, L'INTUITION ET UN PROFOND SENTIMENT D'AMOUR DE SOI.

À TRAVERS CETTE PRATIQUE, J'AI DÉCOUVERT QUE LA VÉRITABLE BEAUTÉ N'EST PAS QUELQUE CHOSE QUE L'ON POURSUIT, MAIS QUELQUE CHOSE QUE L'ON RÉVÈLE. ELLE RAYONNE DE L'INTÉRIEUR LORSQUE NOUS EMBRASSONS NOTRE AUTHENTICITÉ, NOTRE GRÂCE ET NOTRE PUISSANCE.

C'EST POURQUOI J'AI CRÉÉ **TIME FOR YOU**—UNE RETRAITE CONÇUE POUR LES FEMMES AFIN DE SE RECONNECTER À LEUR BEAUTÉ INTÉRIEURE, S'HONORER PLEINEMENT ET EXPÉRIMENTER LA LIBERTÉ DE L'EXPRESSION DE SOI.





# UNE RETRAITE CONÇUE POUR VOUS

BIENVENUE À **TIME FOR YOU**—UNE RETRAITE SACRÉE EXCLUSIVEMENT DÉDIÉE AUX FEMMES, OÙ LA BEAUTÉ NE SE DÉFINIT PAS PAR DES STANDARDS EXTÉRIEURS, MAIS PAR LA LUMIÈRE QUE NOUS PORTONS EN NOUS.

J'AI CHOISI **CASA JUNGLE**, UN SANCTUAIRE CACHÉ AU CŒUR DE MONTPELLIER, QUI ÉVOQUE UNE ÉVASION SECRÈTE À BALI. CONSTRUIT AVEC DES MATÉRIAUX ORGANIQUES COMME LE BOIS ET LA PIERRE, ET ENTOURÉ D'UNE NATURE LUXURIANTE, CET ESPACE EST CONÇU POUR VOUS AIDER À VOUS RECONNECTER À LA NATURE—ET À VOUS-MÊME.

**CETTE RETRAITE EST UN VOYAGE.**

**UN VOYAGE DE DÉCOUVERTE DE SOI, DE TRANSFORMATION ET DE LIBÉRATION.**





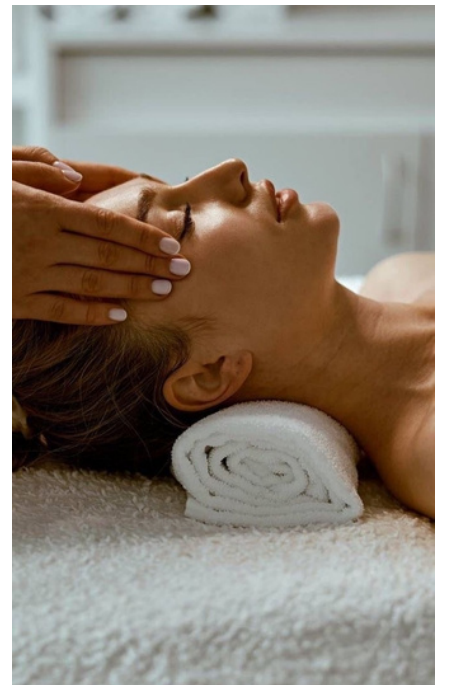
# UNE RETRAITE CONÇUE POUR VOUS

À TRAVERS LES PRATIQUES DU KUNDALINI, DES RITUELS CONSCIENTS ET DES EXPÉRIENCES IMMERSIVES, VOUS ÉVEILLEREZ VOTRE RAYONNEMENT, LIBÉREREZ VOS LIMITATIONS ET ENTREREZ PLEINEMENT DANS VOTRE PUISSANCE.

PENDANT CES TROIS JOURS, VOUS SEREZ INVITÉE À :

- ÉVEILLER VOTRE ÉNERGIE GRÂCE AU **KUNDALINI YOGA**
- APAISER VOTRE ESPRIT AVEC **LA MÉDITATION ET L'ÉCRITURE INTROSPECTIVE**
- EXPÉRIMENTER L'ART DE **L'ALIMENTATION CONSCIENTE**, INSPIRÉ PAR LA SAGESSE TRADITIONNELLE DU KUNDALINI, QUI NOURRIT À LA FOIS LE CORPS ET L'ÂME
- VOUS OFFRIR **UN MASSAGE RELAXANT** POUR SOUTENIR LE RENOUVELLEMENT DE VOTRE CORPS
- VIVRE UNE **ESCAPADE INOUBLIABLE EN CAMARGUE**, OÙ LA MER DEVIENDRA VOTRE PISTE DE DANSE
- CÉLÉBRER VOTRE BEAUTÉ LORS D'UN **SHOOTING PHOTO** PROFESSIONNEL
- VOUS HONORER LORS D'UNE **SOIRÉE DE GALA** ÉLÉGANTE AVEC **GRACEFUL DÉFILÉ**, RENDANT HOMMAGE À LA DÉESSE EN VOUS

**CE N'EST PAS JUSTE UNE RETRAITE. C'EST UN RETOUR À VOUS-MÊME.**





# LE POUVOIR DU RASSEMBLEMENT DES FEMMES

À TRAVERS L'HISTOIRE, LES FEMMES SE SONT RÉUNIES EN CERCLES POUR PARTAGER LEUR SAGESSE, CÉLÉBRER LEUR ESSENCE ET SE SOUTENIR MUTUELLEMENT.

IL EXISTE UNE MAGIE PROFONDE DANS LA SORORITÉ—UN ESPACE OÙ NOUS POUVONS NOUS LIBÉRER DES ATTENTES SOCIÉTALES ET NOUS RECONNECTER AU FÉMININ SACRÉ EN NOUS.

**TIME FOR YOU** EST UN SANCTUAIRE OÙ VOUS POURREZ :

- EMBRASSER VOTRE PUISSANCE AUTHENTIQUE
- RETROUVER VOTRE VOIX
- EXPÉRIMENTER LA PROFONDE NUTRITION DE LA CONNEXION FÉMININE
- 

ENSEMBLE, NOUS HONORONS LA SAGESSE DE NOS ANCÊTRES ET L'ÉNERGIE QUI NOUS UNIT TOUTES.



## **CE QUI EST INCLUS?**

**CETTE RETRAITE TOUT COMPRIS A ÉTÉ SOIGNEUSEMENT  
CONÇUE POUR OFFRIR UNE EXPÉRIENCE PROFONDÉMENT  
IMMERSIVE ET NOURRISSANTE :**

**3 JOURS, 2 NUITS DANS UNE VILLA PRIVÉE À COUPER LE  
SOUFFLE AVEC PISCINE**

**SÉANCES QUOTIDIENNES DE KUNDALINI YOGA ET DE  
MÉDITATION**

**EXPÉRIENCE D'ALIMENTATION CONSCIENTE – APPRENDRE LA  
CONNEXION SACRÉE ENTRE LA NOURRITURE, LE CORPS ET  
L'ESPRIT À TRAVERS LA SAGESSE DU KUNDALINI**

**ESCAPADE PRIVÉE VERS UNE PLAGE SECRÈTE DE CAMARGUE –  
MOUVEMENT, DANSE ET PROFONDE RECONNEXION À SOI-MÊME**

**MASSAGE RÉPARATEUR DU VISAGE ET DES ÉPAULES POUR LA  
RELAXATION ET LE RENOUVEAU**

**SHOOTING PHOTO PROFESSIONNEL DE BEAUTÉ – CAPTURER  
VOTRE RAYONNEMENT**

**DÎNER DE GALA ÉLÉGANT & DÉFILÉ – HONORER VOTRE BEAUTÉ**

**CÉLÉBRATION PAR LA DANSE ET LA MUSIQUE**

**TOUS LES REPAS INCLUS – CUISINE NOURRISSANTE ET VIBRANTE  
PRÉPARÉE PAR UN CHEF FRANÇAIS**

**CHAQUE DÉTAIL EST CONÇU POUR ÉLEVER VOTRE EXPÉRIENCE  
ET CRÉER UN ESPACE TRANSFORMATIONNEL OÙ VOUS POUVEZ  
PLEINEMENT ÊTRE VOUS-MÊME.**



# APERÇU DU PROGRAMME DE LA RETRAITE

## 04.04.2025 – VENDREDI

- 15:00 : ARRIVÉE & THÉ, INSTALLATION DANS LES CHAMBRES
- 17:00 : CÉRÉMONIE D'OUVERTURE, CERCLE DE GROUPE
- 18:00 : KUNDALINI YOGA & GONG
- 19:30 : DÎNER EN PLEINE CONSCIENCE
- 21:00 : MÉDITATION & ÉCRITURE INTROSPECTIVE

## 05.04.2025 – SAMEDI

- 06:00 - 08:30 : SADHANA KUNDALINI
- 09:00 - 10:00 : PETIT-DÉJEUNER
- 11:00 : DÉPART & VOYAGE VERS LA PLAGE
- 12:00 - 12:45 : DANSE EXTATIQUE
- 13:00 - 15:30 : DÉJEUNER - PIQUE-NIQUE & BAIGNADE
- 16:00 - 17:00 : RETOUR À LA RETRAITE
- 17:00 - 19:00 : TEMPS LIBRE
- 19:00 - 19:30 : RASSEMBLEMENT
- 19:30 - 20:00 : DÉFILÉ DE MODE GRACEFUL
- 20:00 - 22:00 : DÎNER DE GALA
- 22:00 - 23:00 : DANSE

## 06.04.2025 – DIMANCHE

- 06:00 - 08:30 : SADHANA KUNDALINI
- 08:30 - 09:00 : PARTAGE & ÉCRITURE INTROSPECTIVE
- 10:00 - 13:00 : BRUNCH, MASSAGE, SHOOTING PHOTO
- 13:00 - 14:00 : TEMPS LIBRE
- 14:00 - 15:30 : PRATIQUE DE RENAISSANCE & ÉCRITURE INTROSPECTIVE
- 16:00 - 17:00 : CÉRÉMONIE DE CLÔTURE
- 18:00 : THÉ & DÉPART



## **UN CADEAU POUR VOUS-MÊME**

*UNE IMMERSION TOTALE DANS LA BEAUTÉ ET  
L'AMOUR DE SOI*

---

### **FORFAIT TOUT COMPRIS :**

- ◆ **CHAMBRE PRIVÉE – 1'111 €**
- ◆ **CHAMBRE PARTAGÉE (LIT PRIVÉ) – 999 €**

### **EXPÉRIENCE DE RETRAITE (SANS HÉBERGEMENT) :**

- ◆ **690 € (TOUTES LES ACTIVITÉS INCLUSES)**



## **OFFRE EARLY BIRD**

*(DISPONIBLE JUSQU'AU 23 FÉVRIER 2025)*

- **CHAMBRE PRIVÉE : 990 €**
- **CHAMBRE PARTAGÉE (LIT PRIVÉ) : 940 €**
- **EXPÉRIENCE DE RETRAITE SANS HÉBERGEMENT :**
- **580 € (SEULEMENT 4 PLACES DISPONIBLES !)**

**RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT POUR SÉCURISER VOTRE PLACE À UN TARIF SPÉCIAL !**



## **INFORMATIONS PRATIQUES**

### **TIME FOR YOU - RETRAITE PREMIUM**

**DATES : DU 4 AVRIL AU 6 AVRIL 2025**

**LIEU : CASA JUNGLE, MONTPELLIER, FRANCE**

**EMAIL : [ANNAPERIGAULT@GMAIL.COM](mailto:ANNAPERIGAULT@GMAIL.COM)**

**SITE WEB : [WWW.ANNAKUNDALINI.COM](http://WWW.ANNAKUNDALINI.COM)**

**INSTAGRAM : @ANNAPERIGAULT**

**REJOIGNEZ CETTE EXPÉRIENCE UNIQUE ET  
HONOREZ VOTRE GRÂCE ET VOTRE BEAUTÉ.**

**RÉSERVEZ VOTRE PLACE DÈS MAINTENANT !**



# CASA JUNGLE – UN SANCTUAIRE POUR L'ÂME

DÉCOUVREZ UN PARADIS CACHÉ AU CŒUR DE MONTPELLIER

**CASA JUNGLE** EST UN LIEU DE PAIX, UNE OASIS DE BEAUTÉ ORGANIQUE OÙ LA PIERRE, LE BOIS ET LA VÉGÉTATION LUXURIANTE CRÉENT UN PROFOND SENTIMENT DE CONNEXION AVEC LA NATURE. EN Y PÉNÉTRANT, ON A L'IMPRESSION DE S'ÉVADER DANS UNE RETRAITE SECRÈTE À BALI— LOIN DU BRUIT, MAIS EN PLEIN CŒUR DE LA VILLE.

**POURQUOI LA NATURE ?** PARCE QUE LES ARBRES, LA TERRE ET L'EAU NE SONT PAS SIMPLEMENT DES ÉLÉMENTS—ILS SONT DES MIROIRS DE NOTRE PROPRE NATURE. ILS NOUS RAPPELLENT NOTRE ÉNERGIE FÉMININE PRIMORDIALE—SAUVAGE, LIBRE ET PROFONDÉMENT INTUITIVE.

LORSQUE LES FEMMES SE RASSEMBLENT DANS LA NATURE, QUELQUE CHOSE DE MAGIQUE SE PRODUIT. NOUS NOUS DÉBARRASSONS DES COUCHES DE LIMITATIONS, NOUS RETROUVONS NOTRE POUVOIR ET NOUS NOUS AFFIRMONS PLEINEMENT DANS NOTRE BEAUTÉ—DE L'INTÉRIEUR ET DE L'EXTÉRIEUR.

**TIME FOR YOU EST BIEN PLUS QU'UNE RETRAITE.  
C'EST UN RETOUR À SOI-MÊME.**

