

Ontspanningsactiviteiten

14 resultaten

in Saint-Pierre-Quiberon

So'phrologie

Van 12€ / pers.

Sophrologie ontspanningssessies, een zachte en zorgzame lichaamspsychologische praktijk. (Duur 1H00)
*Individueel: maandagmiddag in therapiecentrum Les Arcades in Saint-Pierre-Quiberon. *In groepen: (vanaf 15 jaar) - Buiten de schoolvakanties: vrijdag van 10 tot 11 uur in het Maison des...

☎ 06 21 24 84 43

Groepen : van 3 in 10 mensen

Tot 31/12/2025

in Saint-Philibert

Mijn vitale energie

Ik zie het leven door Reiki. Ik verwelkom je in het hart van de natuur, voor een moment van welzijn. Je ligt op een massagetafel. Je houdt je kleren aan, maar je schoenen uit. Ik bedek je met een deken. Je bent in cocooning modus. Ik gebruik mijn handen om Reiki over te brengen naar de...

☎ 06 99 08 52 88 📍 Pourhos

Tot 31/12/2025

in Quiberon

Zome des Dauphins - Energiebehandelingen en massages - Harmonisatie - Welzijn

Trakteer uzelf op een moment van welzijn op een unieke locatie in Quiberon, de "Zome des Dauphins" is genesteld in een zen en natuurlijke omgeving. Pascal en Nelly bieden energetische behandelingen en massages. Deze holistische behandelingen maken spanningen en stress los en harmoniseren je...

☎ 06 08 99 56 13 / 06 11 27 91 60 📍 Zome des Dauphins 19 rue des Dauphins

Groepen : van 1 in 2 mensen

Tot 31/12/2025

in Quiberon

Ayurveda Therapie

Al meer dan 11 jaar Ayurvedisch therapeut en welzijnscoach. Ik kan je helpen je welzijn te verbeteren door je bewust te maken van de relatie tussen lichaam en geest en tussen ziektebeelden en emoties. Mijn massages, Ayurvedische behandelingen en voedingsadviezen zijn afgestemd op ieders...

☎ 06 61 80 79 90 📍 85 rue des Quatre Vents

Tot 31/12/2025

in Saint-Pierre-Quiberon

Manna - Massage

Van 65€ / pers.

Voel je de behoefte om... . Een pauze te nemen om voor jezelf te zorgen? . Spierspanning te verlichten en je bloedsomloop te stimuleren? . Mentaal loslaten? Onder mijn handen en terwijl je ademt, zal je hele lichaam diep ontspannen. Ik pas de druk van mijn bewegingen aan aan hoe jij je voelt en...

☎ 07.60.08.65.82 📍 Kerhostin

Tot 31/12/2025

in Saint-Pierre-Quiberon

Jala Yoga

Van 13€ / pers.

Kom yoga beoefenen in een uitzonderlijke natuurlijke omgeving. Traditionele Hatha yoga: meditatie, pranayama (ademhaling) en asanas (houdingen). Paddel yoga 2, 3 en 6 uur durende workshops, retraite UY-gecertificeerde yogadocent In de zomer dagelijks verschillende sessies: - Kermahé strand,...

☎ 06 20 68 82 21 📍 Rue Duguay-Trouin Penthièvre

Groepen : van 3 in 8 mensen

Tot 31/12/2025



in Saint-Pierre-Quiberon

Adya Studio

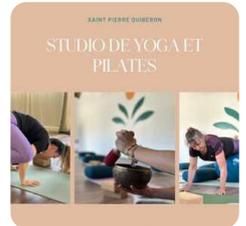
Van 16€ / pers.

Adya is een cocooning studio ontworpen om je een plek te bieden die is aangepast aan jouw schema, jouw leven, jouw wensen en jouw behoeften op dat moment. Pilates, lessen voor senioren, ball, prenataal en Nordic pilates. Yogalessen: hatha, yin, vinyasa, pre-postnataal, endo yoga, yin en sound...

☎ 06 70 29 70 05 📍 Impasse du Noroit

Groepen : 20 minimum aantal mensen

Tot 31/12/2025



in Saint-Pierre-Quiberon

Manna - Yoga

Van 15€ / pers.

Naast houdingen, leer je om een beetje meer in het heden te leven, met een vriendelijke blik op jezelf en je omgeving. Thuis en in de studio. . Privé- en groepslessen op het schiereiland Quiberon . Yin Yoga & Klanken workshops bij FreedOM's Echo . Moonrise" behandeling: een persoonlijke...

☎ 07 60 08 65 82 📍 Kerhostin

Tot 31/12/2025



in Quiberon

FreedOM's Echo Sound Bath - Geluidsmassage

Misschien is het tijd om een klankbad te ontdekken... of waarom geen klankmassage? Zorgvuldig geselecteerde intuïtieve instrumenten die harmonieus samenspelen. Een uitbarsting van golven en trillingen, dat is de belofte van het FreedOM's Echo klankbad om nieuwe energie op te doen in Quiberon....

☎ 06 37 39 90 37 📍 4 Rue Pasteur

Groepen : van 2 in 10 mensen

Tot 31/12/2025



in Saint-Pierre-Quiberon

Fascia & klankontspanning workshops

Van 30€ / pers.

Een originele combinatie van eenvoudige oefeningen en vibratiebehandeling om lichaam en geest te ontspannen en spanningen los te laten. 3 uur zachte ontspanning om te leren hoe je je fasciën kunt verzorgen, de weefsels van het lichaam die stress, angsten en spanning ophopen. In kleine groepen en...

☎ 06 29 71 48 29 📍 27 rue Georges Clemenceau

Groepen : 12 maximale mensen



in Quiberon

Yoga met Vanessa Desmarthon

Traditionele Indiase yogalessen, zowel groeps- als privélessen (individueel of in kleine groepen). Voorouderlijke yoga zonder Europese toevoegingen of remixes. Mijn coaching is het resultaat van een compleet traject voor holistische ondersteuning - toegankelijk van 0 tot 99 jaar. Al 20 jaar werk...

☎ 06 75 31 95 23 📍 Salle Omnisports Rue de Saint-Clément

Tot 14/10/2025



in Etel

Innerlijke schoonheid

Van 10€ / pers.

In een rustige, verjongende omgeving heet mijn eco-verantwoordelijke behandelingssalon je welkom voor een uniek moment van welzijn. De salon ligt in een klein stadje aan zee en biedt behandelingen en massages gebaseerd op holistisch welzijn, waarbij schoonheid wordt gecombineerd met de...

☎ 06 22 13 91 35 📍 Place Pasteur

Tot 31/12/2025



in Belz

Pranandi Wellness

Gevestigd in Belz, verwelkom ik je bij mij thuis om je de voordelen van Ayurveda (een oude holistische Indiase geneeskunde erkend door de WHO) te laten ontdekken. De behandelingen die ik aanbied zijn onder andere * Abhyanga (massage van het hele lichaam met warme oliën) * Shirotchampi (hoofd,...

☎ 06 17 08 08 21 📍 Lieu communiqué après la réservation

Tot 31/12/2025



in Saint-Pierre-Quiberon

Quibtao - Qi Gong

"De Zen-houding, geïjodeerde lengte! Taoïstische Qi Gong, meditatie en energiewandelingen, dynamische ontspanning en sofrologie. Energie, ontspanning, harmonie. Cursussen en individuele of groepssessies.

☎ 06 11 25 42 31 📍 2 rue du chasse marée

Groepen : van 5 in 30 mensen

Tot 31/12/2025



Toeristenbureau Quiberon Bay

www.baiedequiberon.bzh

☎ +33 (0)2 44 84 56 56