
Energize Your Soul



Grand Hotel Huis ter Duin
MC Wellness Centre
Koningin Astrid Boulevard 5
2202 BK Noordwijk



071 365 1345



Info@mcwellnesscentre.com



[@mcwellness_huisterduin](https://www.instagram.com/mcwellness_huisterduin)
www.mcwellness.nl

DEZE INSPIRENDEN DRIE DRAAGSE
GEZONDE ZELFZORG RETRAITE IS
EEN COMBINATIE VAN
ONTSPANNING EN PERSOONLIJKE
ONTWIKKELING. OP DEZE MANIER
ERVAAR JE ZELFS NA DEZE DAGEN
NOG VEEL PLEZIER & PROFIJT.
DE RETRAITE IS GEBASEERD OP
MINDFULNESS, ZELFCOMPASSIE EN
YOGA EN WORDT VERZORGD DOOR
BREED OPGELEIDE EN RUIM ERVAREN
SPECIALISTEN. HET VINDT PLAATS
OP EEN UNIEKE LOCATIE:
GRAND HOTEL HUIS TER DUIN AAN
HET STRAND VAN NOORDWIJK.

OVER DE RETRAITE

Prijs per dag: €850,00

**lunch inbegrepen*

**let op deze retraite is alleen te reserveren op doordeweekse dagen op basis van beschikbaarheid.*

Een magische 3 daagse retraite waarin je in de diepte van jezelf toestemming vindt voor alles wie je bent. Deze retraite zal je tot in wezen raken, met liefde vervullen en je tools voor het leven geven. Een unieke intense ervaring in ons MC Wellness Centre met een mooie ligging aan het strand. Voor een mooie strandsessie & coaching, yoga. De mooie ligging van Grand Hotel Huis ter Duin geeft je letterlijk en figuurlijk de juiste voeding om jezelf in de spiegel van de ander ten volle te ontmoeten en te durven ontdekken.

**Mocht u interesse hebben is er elke dag een mogelijkheid voor een fietsroute en/of wandeling door de duinen.*

Ons Team

Ons retraite team bestaat uit de volgende specialisten:

Sherine: 25 jaar ervaring als schoonheidsspecialiste en is energetisch therapeut en coach.

Maroeska: 20 jaar werkzaam bij Huis ter Duin. zij geeft Transformational cupping.

Kiki: 5 jaar werkzaam bij Huis ter Duin en is het aanspreek punt gedurende retraite.

Dag 1:

Inchecken in het hotel

Ontvangst met smoothie en/of verse thee

Kennismakingsgesprek

Energetische massage + ademsbreath

Healthy lunch

Strandsessie + coaching

Afsluitingsgesprek

Diner bij La Terrasse

Dag 2:

Ontvangst met smoothie en/of verse thee

Yoga

Healthy lunch

Transformational cupping

Afsluitingsgesprek

Diner bij Breakers

Dag 3:

Ontvangst met een smoothie en/of verse thee

Keuze uit een gezichtsbehandeling of een lichaamsmassage

Healthy lunch

Coaching gesprek

Uitchecken

WAAROM DEZE RETRAITE?



Heldere ideeën



Reis opzoek naar jezelf



Ontwikkeling



Relaxing



Genezing



Coaching



Detox



Yoga



Route



Uitwaaien