



La Palmeraie de Ngor

Séjour bien être et spirituel

“ Bienvenue dans notre oasis de tranquillité niché au cœur de la nature.

Fred & Manon

Bienvenue



Située au cœur d'un cadre enchanteur, "La palmeraie de Ngor" vous invite à découvrir un havre de paix où luxe et sérénité se rencontrent.

Nichée entre forêt sacrée, plages et mangroves, nous vous invitons pour un séjour unique mêlant méditations, soins holistiques, traditions africaines et relaxations.

Un rendez-vous unique et précieux au cœur du Sénégal.





Un lieu authentique



Un écrin de sérénité



Un service
personnalisé

Programme du séjour

Jour 1- Arrivée et détente

Transfert aéroport, boisson de bienvenue, installation et dîner.

Jour 2- Connexion à soi

Méditation d'ancrage, marche dans la forêt sacrée de Djilor, rituel de purification au sel de Palmarin, déjeuner au lodge, temps libre ou massages ou soins énergétiques. Apéro brousse et dîner.

Jour 3- Terre et traditions

Réveil en douceur, atelier initiation aux plantes médicinales et rencontre avec un guérisseur. Atelier cuisine en jardin, préparation de jus locaux et découverte du moringa et ses vertus. Après midi libre ou massages ou soins énergétiques. Séance de pilate et dîner.

Jour 4- Eléments et purification

Départ matinal en pirogue, balade à travers le calme de la mangrove, arrivée sur une île, méditation de pleine conscience face au fleuve, pique nique et baignade.



Programme du séjour

Jour 5- Immersion Sénégalaise

Yoga, visite du village et repas chez l'habitant. Après midi libre, massages ou soins énergétiques. Atelier danse africaine.

Jour 6- Ouverture du cœur

Randonnée à Palmarin, puits de sel, déjeuner au lodge de Fadiol et visite du baobab. Séance de yoga. Soirée traditionnelle sérère au son des calebasses.

Jour 7- Clôture et Départ

Méditation de gratitude, cercle de clôture, détente, départ et transfert.



Inclus dans votre séjour



Lors de votre séjour vous profiterez de l'hébergement et la restauration (hors boisson), des ateliers et excursions proposées, d'un massage ainsi qu'un soin énergétique.



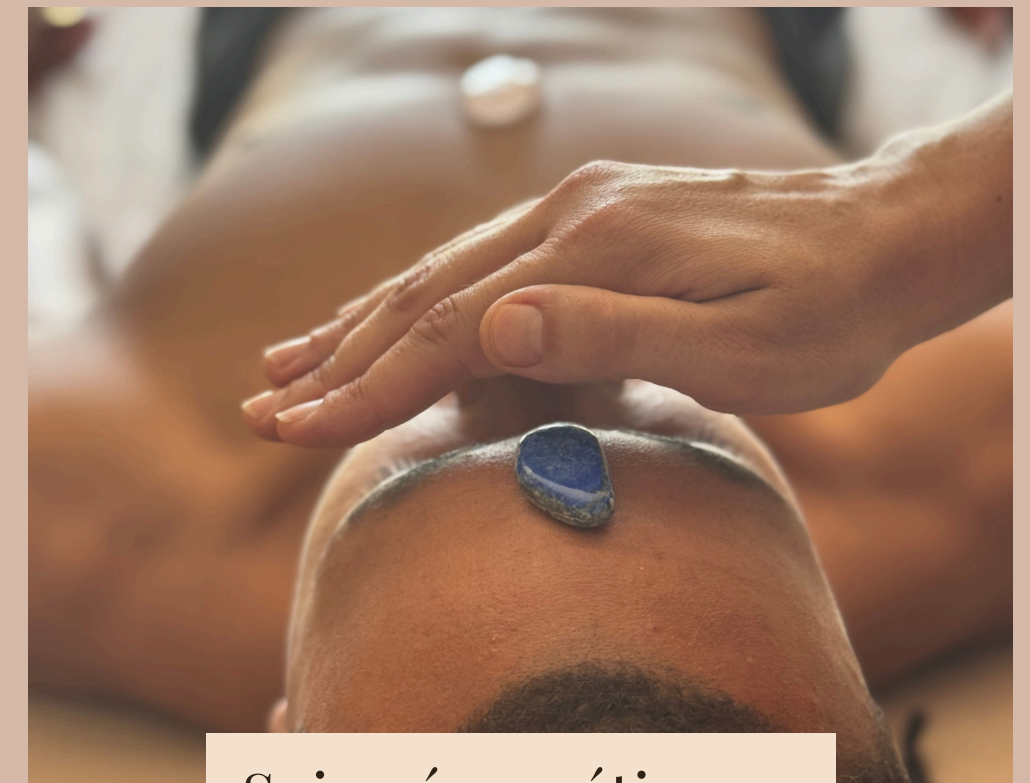
Massage

Partez à la découverte de nos différents massages et laissez vous transporter dans une bulle de bien être.



Yoga & Méditation

Profitez de l'instant présent, respirez, reconnectez vous à vous même.



Soins énergétiques

Reiki, Laochi, Magnétisme, Kundalini, Annales Akashiques, vous bénéficierez de leurs bien fait.

En option

Soins supplémentaires dans la limite des places disponibles.

Massages supplémentaires dans la limite des places disponibles.

Autres activités sur temps libre possible.



Informations pratiques

Notre site internet

www.lapalmeraiedengor.com

Facebook : La Palmeraie de Ngor

Instagram: lapalmeraiedengor

Coordonnées & réservations

Pour toutes questions ou pour réserver votre séjour, n'hésitez pas à nous contacter :

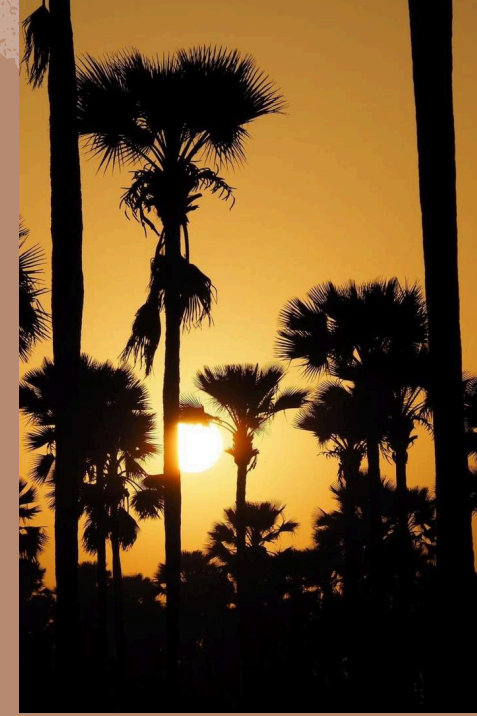
La Palmeraie de Ngor- Yayeme, Sénégal

lapalmeraiedengor@outlook.fr

Tél. : +221 78 181 07 63



Merci



Et à bientôt à “La Palmeraie de Ngor.”

“ Nous sommes impatients de vous accueillir
et de rendre votre séjour exceptionnel.

Fred et Manon