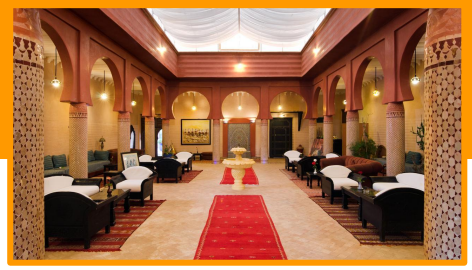


Une semaine pour Vous,
Une semaine pour saluer la Vie...

l'EssenCiel vous accueille toute l'année.

Pour vous ressourcer, pour vous reconnecter à vous-même et à l'essentiel ou, tout simplement, pour prendre le temps, l'espace de quelques jours, de prendre de vraies vacances !

Et parce que prendre des vacances à Marrakech peut aussi avoir du Sens, il est possible de conjuguer votre séjour "bien-être" avec la certitude d'un séjour "utile". Notre Charte des Valeurs accompagne nos activités et donne du Sens à votre séjour.

Laissez-vous porter par la quiétude des lieux, la magie de nos jardins et la bienveillance de notre équipe.

Le Lieu :

Au Palais riad Berbère de Marrakech.
Le riad est à 15 minutes du centre de la ville Ocre

Les Dates :

Vous trouverez toutes les informations utiles sur le site :
www.lessenciel.info

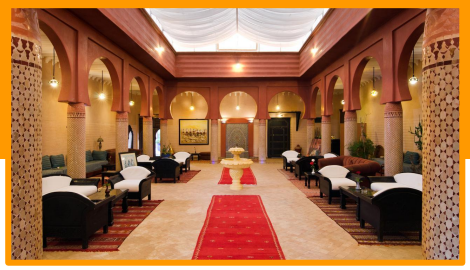
l'Hébergement :

Une offre "All in" sur un site dédié à la Santé à 3 heures de Bruxelles, Paris, Genève et Luxembourg. l'EssenCiel vous accueille pour des "Slowlydays" pas comme les autres...

Réservations

www.lessenciel.info | Marlyse : aller@lessenciel.info
Tél. +212 (0)6 32 01 61 94
Nous sommes joignable 7/7 jours. En cas de nous réponse, merci de nous envoyer un courriel

L'EssenCiel [Marrakech
Nos semaines "EssenCielles"



L'Essenciel... Farniente

Une semaine de vacances, avant tout !

- Chambres spacieuses et confortables
- Deux piscines (intérieure & extérieure)
- Hammam beldi
- Salles de massages et de soins
- Pension complète
- Alimentation 100% bio, locale & saison
- Jardins de relaxation

L'Essenciel... Santé

Vous allez vous faire du "bien" !

- Pension complète ou demi-pension
- Cuisine "santé" et "detox" avec notre chef spécialisé
- Alimentation locale, bio et de saison
- Ateliers de cuisine santé
- Conférences et causeries sur l'alimentation saine.

L'Essenciel... Bien-être

Vous allez vous faire du "bien" !

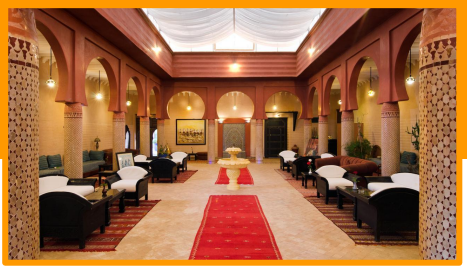
- Hammam beldi
- Massages traditionnels*
- Séances de Qi-gong et yoga
- Ateliers de méditation
- Conférences et causeries sur le bien-être
- Soins corporels et esthétiques*

*à la carte

Le chef

Notre chef, fort d'une expérience de 30 ans, s'est spécialisé dans la cuisine détox mais aussi dans la cuisine "vivante" auprès de la référence en la matière : Irène Grosjean.

L'EssenCiel [Marrakech
Nos semaines "EssenCielles"



Une journée à l'EssenCiel...

Vos journées ? C'est vous qui les décidez.
Toutefois, nous ponctuons les nôtres d'invitations.

Ces invitations sont aussi de formidables moments de partages...

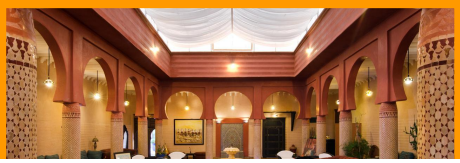
Voici donc ce que sont ces invitations :

- 07:30 Eveil corporel en compagnie de Jimmy, notre Maître Qi-Gong
- 08:30 Petit-déjeuner "punchy" en compagnie de notre Chef. Vous assisterez à la préparation de celui-ci face à la Piscine et aux jardins.
- Matinée : soins et farniente au bord de nos deux piscines,, soins au hammam, massages traditionnels ou bien encore soins esthétiques.
- 12:30 : repas "santé" autour des thèmes chers à notre Chef. (cuisine vegan, vivante, végétale, sans gluten,...).
- 16:00 : Ateliers à thèmes : la cuisine, bien sûr, mais aussi des thèmes variés comme les énergies vitales, les huiles essentielles, la santé, la naturopathie,...
- En journée : Visite des souks à épices de Marrakech, de notre terrain de permaculture ou bien encore des richesses de la ville Ocre
- 19:30 : repas où nous réinterprétons la cuisine du Maroc en une cuisine pleine de vitalité et de santé.
- 20:30 (et parfois, tard en soirée...) Causerie, café philo ou bien encore conférence-débat autour de thèmes qui vous sont chers.

Une équipe hors du commun

Notre mode de fonctionnement est simple : vous faire passer des vacances inoubliables ... Ici, le mot "bienvenue" prend tout son sens !
Alors, Bienvenue à l'EssenCiel... votre Essentiel !

L'EssenCiel [Marrakech
Nos semaines "EssenCielles"



Inclus dans le stage :

- Hébergement
- Pension complète
- Bar detox
- Hammam
- Navette aéroport A/R
- Ateliers, conférences

Non inclus :

- Vols
- Taxe de séjour
- Massages et soins à la carte
- Activités touristiques hors de l'hôtel

Votre séjour en trois axes...

- **L'axe "Santé"** : avec une alimentation saine et énergétique durant tout le votre séjour. En ce compris des ateliers de cuisine ouverts à tous.
- **L'axe "Slowlidays" :** avec l'accompagnement permanent mais discret de notre équipe, vous serez certain d'atteindre votre objectif premier : passer de belles vacances ressourçantes.
- **L'axe "Bien-être"** : avec des massages et des séances de Qi-gong et de yoga adaptées à vos journées de détente absolue.

.... et rentrez en pleine forme de vos vacances ! Elle est pas belle la Vie ?

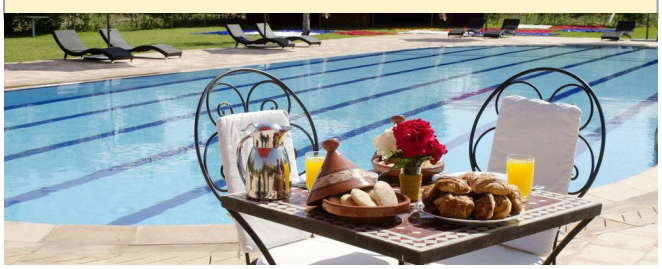
L'invitation est unique...

Marrakech, la Ville Ocre, est envoûtante et le soleil y brille toute l'année et le climat toujours agréable.

Tout, ici, invite à la contemplation et au plaisir des sens. L'authenticité de notre accueil et la sincérité de notre équipe ajoutent à la magie des lieux.

l'EssenCiel, vous allez "Kiffer"

L'Hébergement (6 nuits) En chambre double "luxe" pension complète Accès au bar à jus et detox Navette aéroport A/R Ateliers de cuisine santé (3). **Accès libre chaque jour :** séances de Qi-gong et yoga séances de yoga.	855 € / pers.
Chambre 3 pers. (mêmes cond.)	780 € / pers.
Chambre 4 pers. (mêmes cond.)	740 € / pers.
A la carte Visites en extérieur Taxis, navettes Soins esthétiques Massages	



Des vacances qui ont du Sens

Une part non négligeable de nos recette est consacrée à la mise en place d'un jardin de permaculture à côté de notre établissement.
Chez nous, pas d'employés mais des Ambassadeurs de l'EssenCiel.