

 LA CROISSETTE INNERBEAUTY RETRAITE

De Heerlijckyt van Elsmere

 *Vertragen. Voelen. Creëren. Verbinden.*

 14 – 16 november ————— 2025



DE HEERLIJCKYT VAN ELSMEREN

Adres:

Weg op Halen 2 – 3450 Geetbets

Contact:

Katja Ilaens : 0479/71.64.65

Website:

www.lacroisettejewellery.be



Een zacht retraiteweekend voor vrouwen

Voel je dat er iets in jou beweegt? Iets dat misschien nog geen naam heeft, maar wel aandacht vraagt? Tijdens dit weekend creëren we een warme en veilige ruimte voor vrouwen die willen vertragen, zakken in hun lijf, luisteren naar hun intuïtie en verbinden met wat vanbinnen leeft.

Met yoga, meditatie, natuur, stilte, creatieve expressie en bewuste voeding zakken we samen dieper in ons zelfbewustzijn. We verblijven op een unieke locatie: een glazen unit midden in de natuur, als een serene bokaal in het groen. Je wordt omringd door rust, schoonheid en eenvoud.

Of je nu voor het eerst met zelfontwikkeling in aanraking komt, of al een tijdje op weg bent — je bent welkom.

Ons team



Katja van La Croisette

Jouw host en ruimtehoedster

“Ik verbind mensen die verlangen naar echtheid, spiritualiteit en aarding.”

Sabine van Maison Namu

Energetisch therapeut

“Open je hart, herstel je energie, activeer je zelfhelend vermogen.”

Petra van Noir Balance

Natuurgeneeskundige

“Voeding beïnvloedt je energie, je humeur én je mindset.”

Nele van Time2Yoga

Yoga & mobility trainer

“Yoga als thuiskomen bij jezelf: souplesse, kracht en sereniteit.”

Jan van Skincorner

Skin expert

“Selfcare als ontspanning voor je zenuwstelsel.”

Wailam van Kung Fu school

Martial arts expert

“Meditatie voedt het hart, flexibiliteit voedt het lichaam, ademhaling voedt de energie.”

Programma-overzicht

Dag	Tijd	Activiteit
Vrijdag 14/11	vanaf 19u	Aankomst & installatie
	20u00	Welkomstmoment + lichte, gezonde maaltijd
Zaterdag 15/11	07u30	Gezond ontbijt
	09u00 - 10u00	Strong start. Full body power yoga
	10u30 - 11u30	Yin stretch yoga
	12u00 - 13u30	Stilte wandeling & natuurmoment
	13u30 - 15u00	Lunch
	15u00 - 17u00	Selfcare-workshop (met Jan)Next level ontspanning
	18u00	Lichte avondmaal
	19u30 - 21u00	Innerlijke reis met cacao, klankschalen & intuïtieve reiki (met Sabine)
Zondag 16/11	07u30 08u30	Gezond ontbijt
	9u00 - 10u00	Sunday flow. Full body reset yoga
	10u30 - 12u30	Lezing: <i>Voeding voor je mindset</i> (met Petra)
	12u30 - 13u30	Lunch
	13u30 - 15u00	Moodboard-sessie: creatief visualiseren van je intenties

	15u30 - 16u30	Meditatie & flexibiliteitsoefeningen (met Wailam)
	16u30 - 17u00	Afscheidsdrink



Workshopruimte

Wat mag je verwachten?

- Yoga & beweging – Bewuste Full body yoga die lichaam en geest verbindt
 - Meditatie & klank – Diepe ontspanning via cacao, soundhealing en reiki
 - Natuur & stilte – Verbind met jezelf via rust en natuurlijke schoonheid
 - Creativiteit – Maak je eigen moodboard als visuele vertaling van jouw doelen
 - Voeding voor lichaam én geest – Lezing over mentale gezondheid en voeding
 - Next level selfcare – Ontspannende workshop met praktische beauty & rust tips
 - Premium maaltijden – Gezond en heerlijk
- Gelieve intoleranties, allergieën en dieetwensen te melden bij je inschrijving

Locatie

De Heerlijckyt van Elsmeren

Een magische plek waar stilte spreekt en de natuur je draagt. De glazen unit waarin we werken bevindt zich midden in het groen – alsof je in een natuurlijke cocon verblijft.





Kleine groep – diepe verbinding

We kiezen bewust voor een intieme groep van 10 tot max. 15 vrouwen, zodat er ruimte is voor persoonlijke aandacht en echte verbinding.



Investering in jezelf

€650 voor het volledige weekend
(alles inbegrepen: accommodatie, alle maaltijden, workshops en begeleiding)

Inschrijven?

Wil je graag deelnemen?

Je inschrijving is definitief na ontvangst van je betaling van €650, via:



 Overschrijving op BE30 7390 1798 4811

(of)

 Contante betaling in de winkel La Croisette in Hasselt

Vermeld bij je betaling zeker je naam + "Retraite november".

Neem contact op voor verdere vragen



La Croisette
Kapelstraat 22, 3500 Hasselt
BE0881.295.874

Hier begint het.

Bij jou, vanbinnen.

Met liefde,

Katja & het La Croisette Innerbeauty-team

Annuleringsvoorwaarden Innerbeauty retraite

1. Boeking is bindend na betaling

Vanaf het moment dat de volledige betaling is ontvangen, is de inschrijving definitief en kan deze niet meer geannuleerd of terugbetaald worden door de klant, ongeacht de reden van annulering.

2. Overdracht van deelname

Indien de klant verhinderd is om deel te nemen, kan in overleg bekeken worden of iemand anders haar plaats mag innemen. De klant dient in dat geval de volledige gegevens van de vervanger door te geven aan de organisator. De overdracht is enkel geldig na schriftelijke bevestiging door de organisator.

3. Annulering door de organisator

Indien de retraite door de organisator geannuleerd wordt wegens overmacht, ziekte van de organisator of andere onvoorziene omstandigheden, zal het reeds betaalde bedrag worden terugbetaald of kan een alternatieve datum worden aangeboden.

4. Inhoud en planning

De organisator behoudt zich het recht voor om onderdelen van het programma of de planning aan te passen indien nodig, zonder dat dit recht geeft op annulering of terugbetaling.

5. Aanvaarding van voorwaarden

Door de betaling te voltooien, bevestigt de klant dat zij deze annuleringsvoorwaarden heeft gelezen, begrepen en aanvaard.