



PENELOPE HARDY

QUANTUM COACH



a wish link

RÉFLEXIONS SUR 2023 ET INTENTIONS POUR 2024

ACCUEILLIR LE VOYAGE

Alors que nous disons **au revoir** à une année tourbillonnante, il est temps d'avoir une conversation sincère sur **les obstacles et les victoires** que nous avons rencontrés en 2023. **Peut-être vous reconnaissez-vous dans les défis rencontrés à poser vos limites, au jugement, à l'amour-propre ainsi qu'à la navigation dans la danse complexe des relations entre humains?** Cela a été très challenging, n'est-ce pas ?

Cette période de Mercure retrograde nous pousse vers l'**authenticité**, nous encourageant à embrasser **notre véritable essence**, à renforcer ces limites et à poser **des bases solides** pour les aventures qui nous attendent en 2024.

Alors, quelle est **votre vision** pour l'année à venir ? Quelle **magie** souhaitez-vous insuffler dans votre vie ? Partagez vos aspirations, matérialisez vos rêves et posez **vos intentions** pour une année 2024 fantastique.

Rappelez-vous, vous n'êtes pas seul dans ce périple. Chacun de nous est un ambassadeur pour quelqu'un d'autre, tissant une toile d'expériences et de rencontres qui sont nos plus grands enseignants. Certains apprentissages sont rapides à intégrer, tandis que d'autres prennent leur temps, un processus continu de croissance et de compréhension.

Voici une pensée que je me répète souvent : **"Il n'y a pas de meilleur endroit que celui où je suis dans l'instant présent."** Qu'en pensez-vous? Parfois, nous avons tous les outils et le mode d'emploi du changement, mais nous hésitons à appuyer sur ce bouton **"activer"**. Comment pouvons-nous espérer que la vie évolue si nous ne sautons pas ?

Le **changement n'est pas une transformation rapide** ; c'est une évolution lente. Il faut du temps pour démanteler de vieilles croyances et des schémas ancrés depuis longtemps. Il y a cette phase inconfortable de l'inconnu, un moment où l'on a l'impression de se défaire de couches de ce que nous étions autrefois. Mais ne craignez rien ! **C'est à ce moment que la magie opère.** Le changement survient et une **nouvelle réalité** émerge.

Restez observateur pour davantage de réflexions alors que nous plongeons plus profondément dans cet incroyable voyage de croissance et de transformation. D'ici là, **continuez à rayonner et à embrasser la beauté de votre être en évolution.**

Meilleurs vœux pour une merveilleuse période des fêtes de fin d'année.
Avec tout mon Amour.



Penelope Hardy

TABLE des MATIERES

- Page 2 => Pourquoi le Yoga?
- Page 3 => Programmes: Connectez-vous
- Page 4 => Retraites

COMMENT LE YOGA EST DEVENU ESSENTIEL POUR MOI ?

Mon parcours avec le yoga a débuté au cœur des rues animées de Hong Kong, où j'avais du mal à trouver mon rythme et où **mon mental gouvernait ma vie**. Ce n'est qu'en découvrant l'**Iyengar** à Paris que tout a changé. Malgré les défis initiaux, avec un **esprit toujours en ébullition**, j'ai découvert les remarquables **bienfaits du yoga** et sa capacité à **apaiser** mes pensées. Ce fut une révélation. Je n'avais jamais connu une telle **concentration** auparavant. Chaque séance me laissait revigoré, comme si j'avais **découvert un espace infini en moi**. Contrairement à ma tendance habituelle à perdre rapidement intérêt, je me suis profondément investi dans le yoga. **C'est devenu un processus d'apprentissage constant**.



J'ai exploré différents styles, mais je revenais toujours à l'Iyengar, influencé par des professeurs remarquables tels que **Helen, Shoza, Filipe et Camille**, dont le Yin Yoga complétait parfaitement ma pratique. Après une décennie, j'ai suivi une formation pour devenir enseignant de Yin Yoga, devenant ainsi un professeur certifiée.

En tant qu'instructeur de Yoga, **j'apprends de mes élèves et deviens ainsi leur élève**. Leur énergie nourrit mes **enseignements**, et je m'inspire de leurs parcours, de mes années de pratique Iyengar et du rythme dynamique du moment présent.

Le yoga, sous toutes ses formes, offre une multitude de bienfaits qui dépassent largement le physique. Il y a un style de yoga pour chaque esprit. Découvrir le vôtre peut déverrouiller la magie de ses enseignements.

Rappelez-vous, le yoga est une philosophie de vie, un voyage, pas une tendance passagère ou un objectif à atteindre.

Oui, il y a des jours où je me sens paresseuse et peu motivée à pratiquer, mais je ne me rappelle pas un seul instant où j'ai regretté. Chaque pratique, peu importe à quel point j'étais réticente au départ, me laisse **toujours transformée de manière positive**.

Joignez-vous à moi dans cet incroyable voyage du yoga et de la découverte de soi.

Penelope Hardy



OU ET QUAND ?

Découvrez des séances de yoga intimes nichées dans l'ambiance chaleureuse d'appartements parisiens ou d'autres **lieux exclusifs**.

Rejoignez nos **ateliers réguliers**, accueillant un maximum de 10 personnes, axés sur des thèmes spécialisés pour approfondir votre pratique.

Vous recherchez une expérience plus personnalisée? Organisez vos cours privés adaptés à vos besoins, dispensés via Zoom, dans le confort de votre foyer ou dans le cadre d'une retraite revitalisante.

Chaque cours est méticuleusement imaginé et créé, réagissant à l'énergie collective du groupe, garantissant une expérience transformatrice pour tous les participants. **Contactez-nous dès maintenant et lancez-vous dans un voyage de yoga personnalisé, parfaitement accordé à votre énergie et à vos aspirations.**



CONNECTEZ-VOUS POUR CRÉER

BIENVENUE DANS UN UNIVERS OÙ LA **CONNEXION**
EST LA PIERRE ANGULAIRE DE LA **TRANSFORMATION**.

Nos **programmes sur mesure** sont une porte vers un **voyage profond, sans pareil**. En 2023, j'ai été témoin d'une **incroyable unité** parmi les individus, révélant des déclencheurs partagés sur des thèmes collectifs, une expérience qui a façonné l'**essence de nos offres**.

IMAGINEZ déverrouiller les profondeurs de votre être grâce à nos programmes éclairants "DÉCOUVREZ VOTRE VETRE VERITABLE" et transformateurs "TRAVAIL DE L'OMBRE". Ce ne sont pas simplement des séances ; ce sont **des portes vers des révélations personnelles** et une croissance recherchées et chéries par beaucoup. Et si vous avez déjà eu du mal avec l'art insaisissable de "DÉFINIR DES LIMITES" ou si vous avez lutté sous le poids du JUGEMENT ET DE LA CULPABILITÉ, nos ateliers offrent une **libération profonde et une compréhension**. A cela s'ajoute, la puissance de guérison des séances de QHHT a été une source de nourriture profonde.

POUR 2024, NOUS DÉVOILONS UN TRÉSOR D'EXPÉRIENCES NOUVELLES.

De "**Se Libérer de l'Auto-Isolement: L'Art d'Accepter l'Aide**" aux aperçus exclusifs de mon **prochain livre**, spécialement conçus pour les âmes vibrantes naviguant HATS (HYPER ACTIVE THINKING SOULS), ce sont des voyages d'autonomisation et de découverte de soi profonds.

Et notre répertoire va bien au-delà. Imaginez ceci : une **retraite super exclusive**: un boot camp mental et spirituel conçu spécialement et **juste pour vous**, un voyage de sororité vers des **relations harmonieuses**, ou une retraite **sur mesure** conçue selon votre demande. Ce ne sont pas juste des retraites; ce sont des sanctuaires **transformateurs**, conçus pour **transcender chacune de vos attentes**.

Ce qui nous distingue ? Nous ne sommes pas juste un autre service de coaching ou de thérapie, nous sommes des **pionniers de la transformation**. Nos offres sont une incarnation de l'**exclusivité** et de l'**unicité**, une expérience si **extraordinaire** que vous ne la retrouverez nulle part ailleurs.

EMBRASSEZ CE VOYAGE INÉGALÉ DE **TRANSMUTATION** ET DE **DÉCOUVERTE DE SOI**.

REJOIGNEZ-NOUS, ET EMBARQUONS ENSEMBLE POUR QUELQUE CHOSE DE **VRAIMENT EXTRAORDINAIRE**.

Penelope Hardy

[CLIQUEZ ICI POUR RÉSERVER VOTRE APPEL DE DÉCOUVERTE GRATUIT](https://linktr.ee/awishlink)

LES ROUTES SACREES DU SRI LANKA

DU 3 AU 13 FEVRIER 2024

ÊTES-VOUS PRÊT à vous embarquer pour un **voyage intime et transformateur de 10 jours** à travers les paysages mystiques du Sri Lanka ? Rejoignez-nous du 3 au 13 février pour une retraite exclusive conçue pour revitaliser votre esprit et découvrir les trésors cachés de cette île envoûtante.



Découvrez des Trésors Cachés : Cette retraite n'est pas simplement une visite touristique ordinaire ; c'est un passage vers quelques-uns des endroits moins explorés du Sri Lanka. Vivez l'enchantement du Mont Sacré Adam's, où l'ancien mysticisme rencontre des panoramas à couper le souffle. Plongez dans Ratnapura, la Ville des Pierres Précieuses, pour admirer la brillance de ces pierres précieuses et explorez la riche diversité culturelle de la ville.

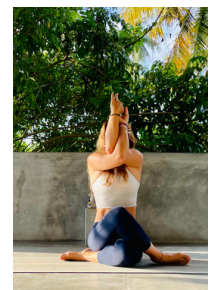
Revitalisez Votre Être : Parmi ces merveilles cachées, trouvez la quiétude et la restauration à la plage de Hirikitya. Imprégnez-vous de la tranquillité des séances de yoga sur les rivages et embrassez le rythme apaisant des vagues. Que vous soyez un surfeur expérimenté ou novice, la plage offre une opportunité de connexion avec l'océan et de nourrir votre esprit aventureux.

Guérison et Exploration Profondes : Au cours de ce périple, plongez au cœur de votre être à travers la méditation, les pratiques de yoga et des ateliers de coaching quantique émancipateurs. Participez à des conversations qui éveillent vos fréquences, guérissent les blessures du passé et élèvent votre conscience.


Hébergement Adapté à Tous les Budgets : Votre confort est notre priorité. Choisissez parmi une variété d'options d'hébergement adaptées à tous les budgets, des chambres simples confortables aux hébergements partagés. Soyez assuré que chaque choix d'hébergement a été sélectionné pour garantir un séjour serein et revitalisant.


Expérience Intime pour Quelques Privilégiés : Pour maintenir une atmosphère intime et personnalisée, cette retraite est limitée à un maximum de quatre personnes. Cela garantit un groupe soudé où les connexions s'épanouissent, les liens se renforcent et la croissance individuelle est choyée. Votre Voyage Vous Attend : Échappez à l'ordinaire et embrassez l'extraordinaire. Laissez les chemins moins empruntés vous guider lors d'une expédition émouvante à travers le Sri Lanka. Renouez avec vous-même, explorez le mystique et rallumez votre lumière intérieure lors de cette retraite transformative.


EMBRACE YOUR TRUE SELF



[CLIQUEZ ICI POUR EN SAVOIR PLUS](#)

 3 au 13 Février 2024

 A partir de 1555 €

 Sri Lanka : Adams Peak, Ratnapura & Hirikitya

<https://linktr.ee/awishlink>

POSITIVIUM IBIZA

DU 2 AU 9 JUIN 2024

Préparez-vous à libérer la magie qui sommeille en vous! Vous avez trouvé la destination ultime pour une expérience extraordinaire. Je suis ravie de vous annoncer cette incroyable retraite en juin.



Ma chère amie Laura, avec l'aide d'Anna, orchestrent ces retraites depuis des années.

Elles m'ont conviée en tant qu'intervenante, armée d'outils quantiques tels que l'Ennéagramme, le QHHT et la lecture Akashiques, à rejoindre cette équipe exceptionnelle.

Notre objectif est d'offrir une expérience emplies de joie, de guérison, de découverte et bien plus encore...



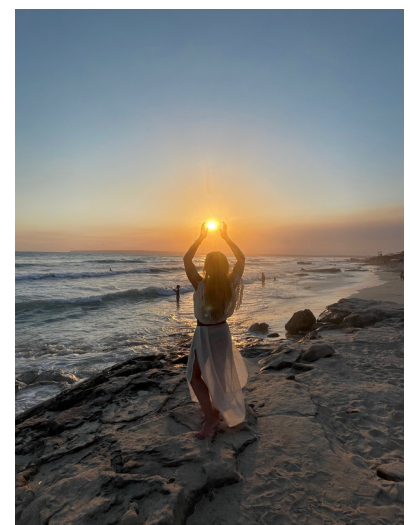
Il ne reste que quelques places ! Rejoignez-nous avant que l'île ne soit prise d'assaut pour l'été. Accordez-vous une pause avant l'agitation des vacances familiales ou des examens de vos enfants. Ou tout simplement offrez-vous une évasion bien méritée. Imaginez-vous choyé dans notre luxueuse villa, nichée dans la paisible campagne d'Ibiza, entourée d'orangers, d'oliveraies et de charmantes forêts de pins. Des vues classiques sur les collines vallonnées d'Ibiza et ses couchers de soleil mondialement réputés vous attendent !

Ce n'est que le début ! Voici un aperçu de ce qui vous attend ::


- Cérémonie du feu pour initier votre semaine transformative.
- Un voyage alchimique à travers la respiration
- Le réalignement du subconscient et le travail de l'ombre
- Des séances d'énergie sexuelle et d'incarnation
- Guérison des dossiers Akashiques
- L'enfant intérieur, acroyoga, yoga, danse, et bien plus encore
- Activation du portail du cœur avec la médecine au cacao
- Kundalini, conscience supérieure et activation des chakras supérieurs
- Ateliers sur le pouvoir de la manifestation
- Des activités amusantes, des clubs de plage et une soirée de clôture inoubliable


Cette retraite n'est pas simplement une escapade, c'est une expérience holistique qui offre un remède pour votre esprit, votre corps et votre âme. Ne manquez pas cette opportunité exclusive!

L'ÂME AGIT D'IBIZA



[CLIQUEZ ICI POUR EN SAVOIR PLUS](https://linktr.ee/awishlink)

 du 2 au 9 Juin 2024

 A partir de 4000 €

 Ibiza

<https://linktr.ee/awishlink>

CONTACT

ET PLUS

Le premier pas pour découvrir vos clés de bien-être commence par nous contacter.

Nous **croyons** en l'importance de **tisser des liens**, c'est pourquoi nous proposons **un appel gratuit**. Cet appel est une **opportunité** pour évaluer notre résonance, comprendre **vos besoins** et déterminer si nous sommes la bonne **solution** pour votre parcours.

Si **un guide** mieux adapté se trouve dans notre réseau, nous serons ravis de vous orienter.

N'HÉSITEZ PAS => CONTACTEZ-NOUS DÈS AUJOURD'HUI.

[CLIQUEZ ICI ET RESERVER VOTRE APPEL GRATUIT](#)

RESERVEZ

SOCIAL MEDIA

