



STRESS & SLEEP MANAGEMENT

WITH MARIE-CHRISTINE RAVIER

Stress management: Meet your desires, experiment how to increase your self-esteem & confidence. Session of 2 hrs.

Sleep management: Discover the power of recovering your forces with no stress and dare to be at your best! Session of 2 hrs. Appointment to schedule early afternoon.

Chf 250 per session for 1 to 3 persons max.

Information & reservation (48h in advance):

Awayspa.verbier@whotels.com

T. 027 472 88 90

AWAY
by WHOTELS

W
VERBIER



GESTION DU STRESS & DU SOMMEIL

AVEC MARIE-CHRISTINE RAVIER

Gestion du stress : Rencontrez vos envies : expérimentez comment développer votre confiance et estime de vous sans stress !
Session de 2h.

Bien gérer son sommeil : Expérimentez comment récupérer facilement de la fatigue, retrouver un sommeil de qualité et vous sentir au meilleur de vous-même.
Session de 2h de préférence en début d'après-midi.

Session de 1 à 3 personnes max. : 250 Chf

Information & réservation (48h à l'avance) :
Awayspa.verbier@whotels.com
T. 027 472 88 90

AWAY
by WHOTELS

W
VERBIER