

LA KASBAH D'OURIKA
Samedi 7 novembre 2026



ATLAKA
EXPÉRIENCE SIGNATURE
**RÉÉQUILIBRAGE DU
SYSTÈME NERVEUX**

LUXURY NEURO WELLNESS RETREATS
www.atlaka.com



UNE JOURNÉE IMMERSIVE DANS UNE KASBAH DE LUXE AU CŒUR DE L'ATLAS.



**Offrez-vous une pause
profonde loin du stress,
de la surcharge mentale
et du rythme constant
du quotidien.**

Cette retraite d'une
journée est conçue
comme une expérience
de réinitialisation
complète du système
nerveux, combinant des
techniques avancées de
respiration, d'hypnose
guidée et de thérapie
sonore.





À QUI S'ADRESSE CETTE RETRAITE?

Vous continuez d'avancer, mais votre système nerveux reste en tension constante. Le stress chronique, la surcharge mentale et la fatigue émotionnelle altèrent votre capacité à ralentir et à vous recentrer. Cette retraite vous aide à restaurer votre équilibre intérieur, retrouver votre calme physiologique et fonctionner depuis un état de maîtrise durable.

LE PROGRAMME DU 07.11.2026

Une expérience structurée en plusieurs phases :
Libération → Activation → Régulation → Intégration

1. RESPIRATION CONSCIENTE THÉRAPEUTIQUE

Libérez les tensions accumulées et activez un état naturel de calme profond.

2. HYPNOSE DE GROUPE (X2 SESSIONS)

Deux voyages guidés pour la régulation intérieure :

- calmer le système nerveux
- réduire la surcharge mentale
- installer un état de sécurité intérieure durable
- reprogrammer les schémas de stress automatiques

3. SONOTHÉRAPIE IMMERSIVE

Une immersion sonore profonde utilisant fréquences, vibrations et instruments thérapeutiques pour :

- réguler le système nerveux
- induire un état de relaxation profonde
- intégrer les changements émotionnels

4. PROGRAMME DIGITAL 28 JOURS

Après la retraite, vous bénéficiez d'un programme d'intégration de 28 jours, conçu pour ancrer durablement les bienfaits de la retraite dans votre vie quotidienne :

- audios guidés quotidiens
- exercices de respiration simples
- sessions d'hypnose à répéter



DÉROULÉ DE LA JOURNÉE

07.11.2026 | 11:00H-18:00H



ACCUEIL

Accueil des participants et présentation de la journée.

11:00H

SÉANCE DE RESPIRATION ET SONOTHÉRAPIE

Une immersion en respiration guidée et thérapie sonore qui apaise instantanément le système nerveux, dissout les tensions accumulées et crée les conditions pour une transformation.

11:45H

PREMIÈRE HYPNOSE DE GROUPE

Une hypnose guidée visant à calmer le système nerveux, diminuer les automatismes liés au stress et installer un profond sentiment de sécurité intérieure.

12:30H

DÉJEUNER & TEMPS LIBRE

Un déjeuner sain et raffiné (déjeuner et sélection de boissons inclus), suivi d'un moment de détente dans les jardins ou au bord de la piscine pour favoriser l'intégration des premiers bénéfices.

13:45H

SONOTHÉRAPIE IMMERSIVE

Une expérience sonore enveloppante utilisant les vibrations et les fréquences pour approfondir la relaxation et soutenir l'équilibre émotionnel.

15:00H

DEUXIÈME HYPNOSE DE GROUPE

Une seconde séance dédiée à l'intégration des changements, au renforcement des ressources intérieures et à l'installation d'un état durable de calme, de clarté et de résilience.

15:45H

PROGRAMME DIGITAL 28 JOURS

Présentation du programme d'accompagnement comprenant des pratiques quotidiennes conçues pour prolonger les bénéfices de cette journée et ancrer durablement votre transformation.

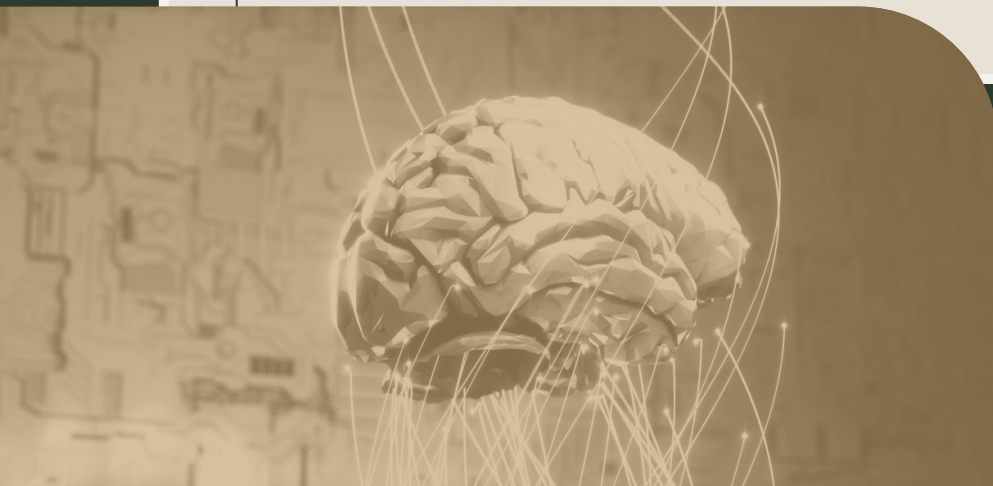
17:00H

CLÔTURE

17:45H

CONSIGNES IMPORTANTES POUR LA PARTICIPATION

- Les réservations de votre retraite et de votre hébergement sont gérées directement par la Kasbah d'Ourika.
- Par mesure de précaution, les personnes présentant des troubles psychiatriques sévères, prenant des médicaments susceptibles d'influencer le système nerveux central ou les fonctions cognitives, souffrant de troubles cardiaques ou respiratoires importants, d'épilepsie, ainsi que les femmes enceintes, sont invitées à demander l'avis d'un professionnel de santé qualifié avant toute utilisation.
- La retraite est animée uniquement en français.



LE LIEU



LA KASBAH D'OURIKA

AU CŒUR DES MAJESTUEUSES MONTAGNES DE L'ATLAS, NOTRE KASBAH ALLIE L'AUTHENTICITÉ MAROCAINE AU CONFORT D'UN ÉTABLISSEMENT D'EXCEPTION.

Ce lieu a été soigneusement choisi pour offrir un cadre propice au ralentissement, au ressourcement et à la transformation :

- Le silence intérieur et la clarté mentale.
- La détente profonde du corps et du système nerveux.
- La reconnexion à soi, à sa respiration et au moment présent.
- Une expérience immersive dans un cadre d'exception.





L'Institut d'Hypnose
DOWconsult à Marrakech.

ATLAKA EST L'EXPRESSION IMMERSIVE DE L'INSTITUT D'HYPNOSE DOWCONSULT.

Issue de l'expertise de l'Institut d'Hypnose DOWconsult à Marrakech, ATLAKA conçoit des expériences privées de transformation, élaborées par des spécialistes de l'excellence en bien-être et des mécanismes du changement humain.

EN SAVOIR PLUS SUR :
WWW.ATLAKA.COM

Atlaka est une marque de :
Institut d'Hypnose DOWconsult
223, Avenue Mohamed V
Residence Nacarat, Bureau 406
40000 Marrakech (Maroc)
WhatsApp : +212 617 11 11 19
E-mail : ow@dowconsult.com

« PLUS QU'UNE RETRAITE.
UNE TRANSFORMATION. »



VOTRE GUIDE DE
TRANSFORMATION,
OLIVER.

PRÉSENCE. EXPERTISE.
TRANSFORMATION.



ATLAKA

EXPÉRIENCE SIGNATURE

LUXURY NEURO WELLNESS RETREATS

Une expérience immersive conçue pour favoriser le recentrage du corps et de l'esprit, enrichie d'un programme d'intégration exclusif de 28 jours destiné à accompagner cette démarche.

RETRAITE LE 07.11.2026

6.900 DHS

- Accompagnement par des thérapeutes spécialisés
- Protocole personnalisé selon votre objectif
- Techniques avancées de régulation et de transformation
- Outils pratiques pour des résultats durables
- Déjeuner, boissons et en-cas inclus

HÉBERGEMENT

(PRIX PAR NUIT ET PETIT DEJEUNER INCLUS)

- | | | |
|--------------------|-----------------|-----------|
| • Chambre Double : | 1 à 2 personnes | 1.500 DHS |
| • Suite Junior : | 1 à 2 personnes | 1.800 DHS |
| • Suite de Luxe: | 1 à 2 personnes | 2.300 DHS |
| • Suite Royal: | 1 à 4 personnes | 3.500 DHS |

PLACES LIMITÉES. RÉSERVEZ VOTRE RETRAITE :

LA KASBAH D'OURIKA

Rte de l'Ourika , KM 48, 40000 Marrakech (Maroc)

WhatsApp ou Téléphone : +212 661 970 465

E-mail : contact@lakasbahdourika.com



ATLAKA
EXPÉRIENCE SIGNATURE

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

INFORMATIONS PERSONNELLES

Retraite	Rééquilibrage du Système Nerveux le 07.11.2026		
Prénom			
Nom			
Genre	☐ Masculin	☐ Féminin	☐ Autre
Date de naissance		Nationalité	
Adresse			
Ville			
Code postal		Pays	
Téléphone			
E-mail			

MODALITÉS DE RÉSERVATION ET DE PAIEMENT

Le paiement s'effectue par virement bancaire. La réservation est confirmée uniquement après réception du règlement. Les places étant limitées, aucune place ne peut être garantie avant paiement. En cas d'annulation par le participant, le montant versé n'est pas remboursable.

CIH Bank, Route de Safi, Marrakech, Maroc
Intitulé du compte : Salma Bouchiba
IBAN : MA64 2304 5058 2223 9211 0020 0070
BIC / SWIFT : CIHMMAMC
RIB : 230450582223921100200070

ACCORD ET SIGNATURE

En validant son inscription, le participant déclare être en état de santé physique et psychologique compatible avec la participation à cette retraite. En cas de doute, il appartient au participant de solliciter l'avis d'un professionnel de santé avant de participer.

Signature _____

Date _____



+212 661 970 465



contact@lakasbahdourika.com