Raw Adventure Camp

Reconnectez vous,
Vivez au naturel !

Raw Adventure Center

Nous avons transformé un désert en forêt tropicale pour vous faire découvrir notre façon de vivre : alimentation vivante,nos rituels santés naturels, huiles essentielles, entraînement, permaculture, 0 déchets, 100% énergie solaire, pas de produits chimiques, recyclage de l'eau ... retrouver le lien entre vous et la nature.

Nous parlerons de :

- Alimentation humaine, vivante
- Reminéralisation, jus, eau de mer
- Le pouvoir de la respiration
- L'intérêt du chaud & froid
- Utilisation des huilles essentielles
- Activités physiques, plus qu'un loisir !
- Les différents jeûnes
- Nettoyage du corps intérieur & extérieur
- Vivre simplement en respectant la nature
- C'est quoi le bonheur ?
- Rituels (brossage à sec, étirements ...)
- Nos protocoles de récupération
- Nos méthodes de soins naturels
- Connection avec la terre, la vie
- Permaculture
- Les étapes pour retrouver la vitalité

Nos choix

Nous avons choisi le format « 7 jours car nous savons que la bascule se fera pour tout le monde le 3ème ou 4ème jour.

Durant une semaine vous pourrez expérimenter de vivre au naturel, selon les lois physiologiques, écouter votre corps, retrouver les sensations, apprendre les clefs de la Vitalité et de la joie.

Nous souhaitons que vous retrouviez le guide qui est en vous pour être maître de votre alimentation, de votre façon de vivre, réveiller l'entraineur qui est en vous pour savoir si vous devez faire du sport ou vous reposer ... bref vous reconnecter avec vous même.

L'objectf de cette semaine est vraiment de vous rendre autonome, libre de nous, semeur de graines à votre tour.

Nous transmettons notre expérience et nos connaissances mais c'est à vous de créer votre propre chemin car nous sommes tous unique !

Votre Vitalité

c'est votre Liberté 😜

Love life & Green the desert !

Déroulement (semaine)

Dimanche 18:00

✈️ Arrivée des stagiaires.
Présentation du Raw Adventure Center et de la semaine

Lundi

🏃 Run + baignade 🚤 🐠 et récupération de l'eau de mer

🤓 Discussion sur le fonctionnement physiologique du corps

Mardi

🚣 Kayak pour aller voir les dauphins 🐬

🤓 Discussion sur l'alimentation physiologique de l'homme

Mercredi

🌋 Montée au Teide 3718m : l'aventure !

🤓 Discussion sur l'eau, l'eau de mer et connection à la terre

Jeudi

🏋️ Hiit training by Coach Jacky 😄

🤓 Discussion sur purge, nettoyage et jeûne

Vendredi

🌳 Balade en forêt sur le côté luxuriant de Tenerife

🤓 Discussion sur la transition alimentaire

Samedi

🤿 Baignade avec les poissons

🤔 Entretien individuel & plan personnalisé

Déroulement (journée)

- Réveil sans alarme avec le soleil
- Brossage à sec, bain froid
- Étirements sauce Mimi & Jacky
- Boisson minéralisante
- Discussions à thème
- Activité physique
- Court de crusine « Mimi & Jacky »
- Repos
- Exercice de respiration
- Fruits à volonté
- Des rires à GoGo 😂

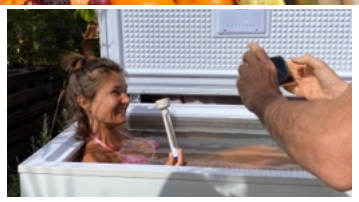
Nous adaptons le programme en fonction de la demande du groupe et de la météo.

Bienvenue dans notre monde Raw Adventure

Love life & Green the desert !

Raw Adventure Camp : Secrets de champions

Vous êtes le seul conducteur de votre vie, de votre santé, de votre joie



Pour Qui : Les personnes qui veulent expérimenter notre façon de vivre, tester l'alimentation vivante & frugivore, vivre au naturel. Pour tous ceux (11 à 111ans) qui aiment la vie !

Conditions physiques :
Tout le monde est bienvenu car l'objectif est la vitalité, l'activité physique est un pilier.
Pouvoir marcher, trottiner 1h30, ensuite on s'adapte à tous les niveaux.
Pour les sportifs, on fait un deuxième groupe, pour que chacun soit satisfait.

Où : Raw Adventure Center, Ténérife sud, Îles canaries.

Transport sur place :
On vous récupère à l'aéroport le dimanche après-midi et on vous ramène à l'aéroport le samedi après-midi ou dimanche matin.
On s'occupe des transports pendant la semaine.

Hébergement : 4 lits par container aménagé, toilette sec & douche froide (pour votre bien être !).
Cuisine extérieure, lounge extérieur.

Demande d'inscription :
rawadventure@icloud.com

Prix pour 7 jours : 1200€ par personne.
1100€ par personne si enregistrement multiple (famille, amis), 2200€ par personne pour l'enchaînement avec le stage Detox.

Inclus : notre expérience & connaissances, navette aéroport, alimentation vivante, les activités, toutes les nuités, lieu respectant la planète, jardin en permaculture, notre sourire & energie !

Non inlus : transport jusqu'à l'aéroport de Ténérife Sud

Minimum : 4 personnes
Maximum : 12 personnes

Nous avons appris pendant 15 ans comment entrainer notre pour être les plus performants

Avec les mêmes méthodes nous vous montrerons comment devenir en pleine vitalité et joyeux pour la vie.

Qui sommes nous ...

Master en préparation physique et mentale
2 x champion du monde de raid aventure
Spartan champions
Permaculture fruit forest designer
Energetic Thai massage therapist
Coach alimentaire
Coach de vie, coach de jeune
Designer de lieu de vie respectueux de l'environnement et autosuffisant
Créateur et propriétaire du centre Raw Adventure à Tenerife

Love life & Green the desert !