

STAGE YOGA ET RANDONNEE ALPES TOUSAINT

Le village de Névache (1650m) est un "Paradis de bout du monde", situé dans la vallée de la Clarée, à 20 km de Briançon.



**Du 26 au 29 octobre
(4 jours, 3 nuits)**

460€

Yoga et randonnées
accessibles à toute
personne ayant une activité
physique régulière.

Quand l'automne invite au retour au calme et à
l'introspection...

Dans ce duo yoga et randonnées, nous vous invitons à la rencontre de l'automne en montagne, saison calme et flamboyante avant la neige et après l'agitation de l'été. Ce stage est avant tout un temps de « halte paisible » mais cependant tonique, un temps pour soi et une pratique de chaque instant. Les journées se partageront entre pratique de yoga méditation et randonnées qui parfois s'entrelaceront.

Renseignements et inscriptions

Dominique Chabal
accompagnatrice en montagne
04 92 21 12 60
contac@dominiquechabal.com
dominiquechabal.com

Marine Parant
enseignante de yoga
06 26 16 15 43
maibodhayoga@gmail.com
bodhayoga.net