YOGA ET MONTAGNE

5 jours de Partage et d'Harmonie au Pays du Mont-Blanc

Du 12 au 17 JUIN 2022

Du dimanche soir au vendredi midi

LE TEMPS D'UNE PAUSE ENTRE TERRE ET CIEL

Par un mélange de pratiques de yoga (en salle ou en extérieur), de marches en montagne (4-5h), de méditations et de yoga du quotidien, savourez le bien-être par l'écoute de soi, entre partages et rencontres, dans un cadre montagnard et une ambiance pétillante !

Ce séjour est ouvert à tous. Vous pouvez aussi venir partager en couple, sans participer à toutes les activités.

LE LIEU

Le stage se déroule à Vallorcine, petit village situé au Pays du Mont-Blanc, entre Chamonix et la Suisse. Les montagnes qui l'entourent avec générosité et variété offrent un cadre naturel unique et authentique, propice à la sérénité.
À découvrir sur : www.vallorcine.com

LE LOGEMENT

En chalet traditionnel, en pension complète (chambre individuelle ou partagée).

TARIFS INDIVIDUELS

À partir de 6 personnes : **790 €**
À partir de 8 personnes : **620 €**

RÉSERVATION

Avant le 10 mai.
Versement de 150 € d'arrhes auprès de Xavier.

Danielle CHAMBRE
Professeur de yoga, enseignante à l'E.Y.E.
• Tel : +33 (0)6 16 56 30 44
• daniellechambre@sfr.fr
• nane.yoga.free.fr

« Le contact avec notre vraie nature dans celui de la grande Mère-Nature est un puissant moyen d'aller au coeur de sa vérité, d'être à l'écoute de sa joie de vivre, de la savourer... »

Xavier DUNAND
Accompagnateur en montagne, guide du patrimoine, enseignant en yoga
• Tel : +33 (0)6 09 81 36 97
• contact@xavierdun.com
• xavierdun.com

« J'aime marcher lentement pour qu'au rythme de nos pas s'imprègnent les couleurs, parfums, paysages, et rencontres… l'épicurien côtoie le sportif. »