

Pour commencer l'année en pleine forme !

Dans un des plus beaux panoramas des Alpes, nous alternerons balades à la journée* et pratiques de yoga. Nous serons accueillis au Sainfoin, à Albiez Montrond, petit village savoyard « Heidi-lique » perché à 1600 m d'altitude en pension complète. Plan d'eau à proximité. Sauna illimité. Le plein d'oxygène et de détente, pour reprendre l'année en toute sérénité !

Les repas seront préparés par un cuisinier et pris sur place (panier repas les jours de balade)

*itinéraires proposés et librement consentis par chacun sans accompagnateur diplômé.



STAGE D'ETE

YOGA et MONTAGNE

Avec
Marie-Françoise GARCIA
et **Thierry GUSTIN**

Du 4 au 10 août 2018

500 €



Affilié à l'Institut Français de Yoga

www.yoga-danse-lyon4.fr



Renseignements et inscriptions :

06 07 24 17 53

yogavox@free.fr

