

Pour commencer l'année en pleine forme !

Au cœur du Vercors, nous alternerons balades à la journée* et pratiques de yoga. Nous serons accueillis au « Tilleuls de la Railletière », à Malleval en Vercors, petit village à 1000 m d'altitude en pension complète.

Sauna à disposition.

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 pour les balades)

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



STAGE D'ETE

YOGA et MONTAGNE

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

Du 1er au 7 août 2020

520 €



Affilié à l'Institut Français de Yoga

www.yoga-danse-lyon4.fr



Renseignements et inscriptions :

06 07 24 17 53

yogavox@free.fr

