



YOGA & NATURE

SE RESSOURCER !

Week-end de yoga dans le sud des Cévennes : petit groupe de 8 personnes

240 euros tout compris - 2 jours & 2 nuits en gîte, en chambre partagée et en pension complète (repas végétariens savoureux, produits bio & locaux) - yoga

Arrivée au gîte à Saint Roman de Codières le vendredi pour le dîner/ départ le dimanche à 17h00
Covoiturage entre vous.

Au programme, selon les possibles de l'instant, du temps et de chacun :

Pranayama, hatha yoga flow, yin yoga, yoga nidra, méditation, balades, temps libre, échanges.

Ralentir, se poser dans une nature généreuse, rêver et pratiquer dans une cabane en bois & sous les étoiles... S'émerveiller !

Week end Yoga & Nature

.....

Un week end intimiste dans
les Cévennes

.....

**Du vendredi 5 au dimanche
7 juin 2020**

.....

Se retrouver, se ressourcer,
se relier

.....

LES PLACES
SONT LIMITÉES !

Réservation par mail.

Votre participation sera confirmée
par le versement de 80 euros d'arrhes.

INFOS & INSCRIPTIONS :

FRANÇOISE BISSON

06 30 35 34 55

francoisebisson@yahoo.com

📍 www.inspirationyoga.fr

📍 www.gitelacoste.com