

JOURNÉE BIEN-ÊTRE

SAMEDI 16 OCTOBRE



Une journée rien que pour soi, se connecter avec la nature, un moment de détente, d'écoute et de bien-être.

- Marche méditative afin de se mettre en connexion avec la nature.
- 1h30 de YOGA.
- Suivi d'un repas végétarien.
- Renouer contact avec son corps avec le cheval comme facilitateur.
- 1h de yoga doux.

Prix pour la Journée tout inclus (9h30 - 16h30) :

100€ + 10€

(frais d'adhésion à l'association Equi-soin)

****Si le mauvais temps ne permet pas les activités prévus en extérieur, la journée serait reporté à une autre date.***

Pour plus de renseignements et vous inscrire contactez :

Séverine Rivals :

06.64.98.61.47

severine@cambium-ayurveda.fr

Amélie Brenac :

06.67.44.27.02

brenac.amelie@neuf.fr

www.cambium-ayurveda.fr

www.equi-soin.fr

