

Rando-Yoga

SUR LES HAUTEURS DU MONT DE SAINT-JEAN

SAMEDI 23 SEPTEMBRE | 10H00 À 16H00

30€ PAR PERSONNE DÉJEUNER TIRÉ DU SAC



Randonnée douce en pleine conscience associant yoga, balade, éveil corporel et histoire locale.

Houria Fikinger Bellaredj, professeur de Yoga certifiée Yogathérapie et Qi Gong thérapeutique & Aline Delavallade, guide conférencière de l'Office de Tourisme du Pays du Saulnois s'unissent pour vous proposer une journée de ressourcement.

@DestinationSaulnois

Le programme:

Départ à 10h devant la mairie d'Haraucourt-sur-Seille [57630] Place du Château
[N 48° 47'58.422" – E 6° 36'16.028"]

Randonnée mêlant méditations, éveil et pratique du yoga, ponctuée de différents temps explicatifs sur l'histoire du territoire et d'une lecture de paysage.

Le déjeuner sera tiré du sac, afin de partager un moment «pique-nique» durant cette journée.

UNIQUEMENT SUR RÉSERVATION

[Nombre de place limité, attention, en cas de nombre de participants insuffisant ou de mauvaises conditions météorologiques, l'Office de Tourisme du Pays du Saulnois se réserve le droit d'annuler ou de reporter la sortie]

30€ PAR PERSONNE

N'oubliez pas d'adapter votre tenue : chaussures et vêtements confortables sont fortement recommandés afin de vous laisser libre de tout mouvement.

Information et réservation :
03 87 01 16 26
contact@tourisme-saulnois.com

