

# DOJO NATURE MÉDITATION ET ACTION

Dans le parc naturel des monts d'Ardèche, sur les flancs du Tanargue

Du 18 au 25 mars 2017

## PROGRAMME

A l'instar des vies monastiques sans être dans un monastère, les nuits et les jours s'enchaînent avec des pratiques régulières où la répétition permet l'approfondissement et donne le sens. Le dojo avec des pratiques énergétiques et de méditation, la participation au réveil du jardin avec le début du printemps, l'écocentre et ses nombreuses activités sont les « ingrédients » de cette semaine à part.

Pour tous les stages de l'écocentre de Laboule, une large place sera donnée aux balades et aux excursions dans une nature préservée et parsemée de lieux pittoresques où les rencontres se font surtout avec le règne animal et végétal et avec soi-même.

Un ou des intervenant(s) partageront leur(s) expérience(s) dans un domaine en rapport avec les changements d'air, aire ou ère\*.

\* changements d'air, aire et ère : voir le site internet de l'écocentre de Laboule onglets « présentation » puis « origine du projet » pour la signification des changements d'air, aire et ère.

## HÉBERGEMENT

Ecocentre de laboule, Le village, 07110 Laboule

Laboule est un joli village d'artistes situé dans un environnement exceptionnel à 650 mètres d'altitude, sur les flancs des monts du Tanargue.

De nombreux gîtes sur la commune sont à louer pour les familles ou personne(s) souhaitant plus d'indépendance tout en gardant une proximité.

Les draps et linge de toilette ne sont pas fournis. Prévoir une paire de draps et une taie d'oreiller ou/et et un duvet, une paire de tongs ou chaussons pour l'intérieur de la maison, des chaussures de randonnées.

## TARIFS

• 280 € en pension complète ou compter 40 € par jour si vous ne restez pas toute la durée du cycle. Le prix du stage est volontairement réduit.



[www.dojoshiseikan.com](http://www.dojoshiseikan.com)  
[www.ecocentredelaboule.com](http://www.ecocentredelaboule.com)