

YOGA & NATURE

EN ARDÈCHE

DU SAMEDI 11 AOÛT AU SAMEDI 18 AOÛT 2018

Les stages se font au dojo de l'écocentre de Laboule.

Le site perché à 650 m d'altitude, au pied des monts du Tanargue est remarquable de par son environnement et son climat.

DE LA PRATIQUE

Au sud du parc des Monts d'Ardèche, dans un cadre naturel exceptionnel et rare, à l'Écocentre de Laboule, nous vous proposons un stage de yoga avec Armelle, avec une pratique de 10h à 12h15 le matin, balades en pleine nature sauvage l'après-midi, baignades dans les rivières. En fin d'après-midi, une pratique en douceur avec méditation.

DES ÉCHANGES

Avec le pays, par des balades en forêt et en montagne, des baignades, du kayak, des visites de sites culturels (grottes, châteaux, parcs selon possibilités)... Avec les gens de la région, pour des actions d'entraides.

DES ESPACES VIERGES

En retrait des grands flux touristiques sans être coupé du monde, la région du Tanargue particulièrement préservée, offre une multitude de parcours faciles ou escarpés, à découvrir seul(e) ou en groupe, et parsemés de lieux pittoresques où les rencontres se font surtout avec le règne animal et végétal et avec soi-même.

- **LE PRIX DES STAGES EN PENSION COMPLÈTE :**
- *(n'inclut pas les visites culturelles et sorties...)*
- En pension complète : 450 € et 320 € pour un accompagnant. 260 €, stage seul.
- **POUR S'Y RENDRE ?**
- En voiture, village de Laboule, 07110, entre Largentière et Valgorge.
- Covoiturage possible.
- En train (gare de Montélimar ou de Valence puis bus jusqu'à Aubenas ou Largentière).
- Il est possible de venir vous chercher à la gare routière d'Aubenas ou la station de Largentière moyennant 10 € / personne et voyage.

Fiche d'inscription et brochure de présentation à télécharger sur le site internet

www.dojoshiseikan.com
www.ecocentredelaboule.com

