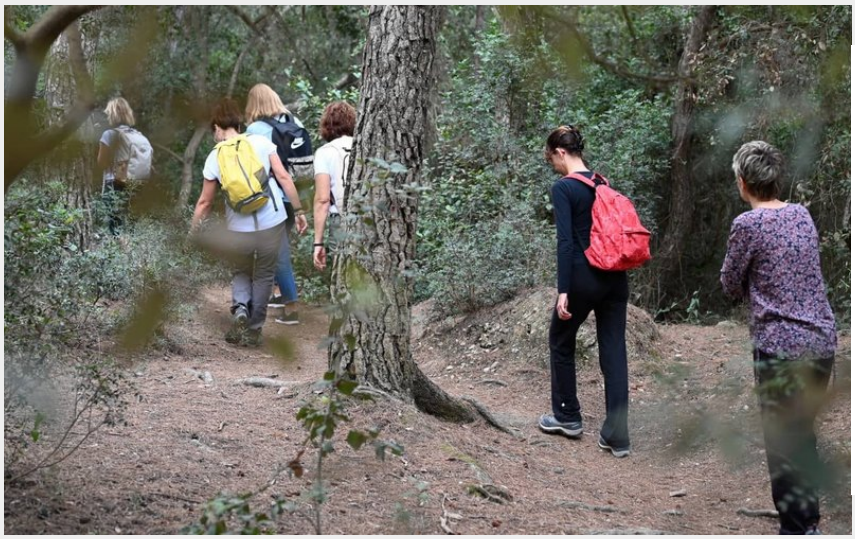
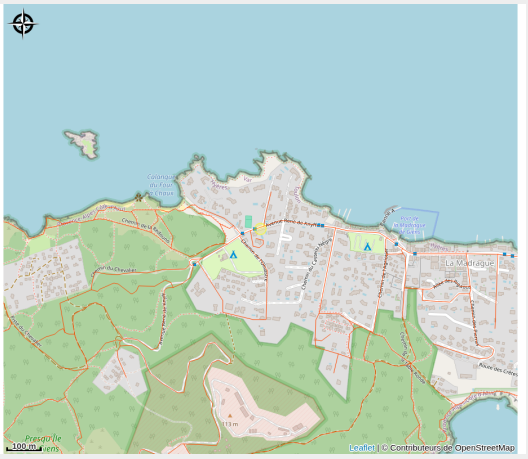
Balade éveil des sens à Giens, au coeur de la nature

Aire d'adhésion (Charte)



Attribution : ©OTPM Pôle Est Hyères (©OTPM Pôle Est Hyères)



Infos pratiques

Catégorie : Sorties et sites de découverte

Types de sorties : Sorties culturelles

Description

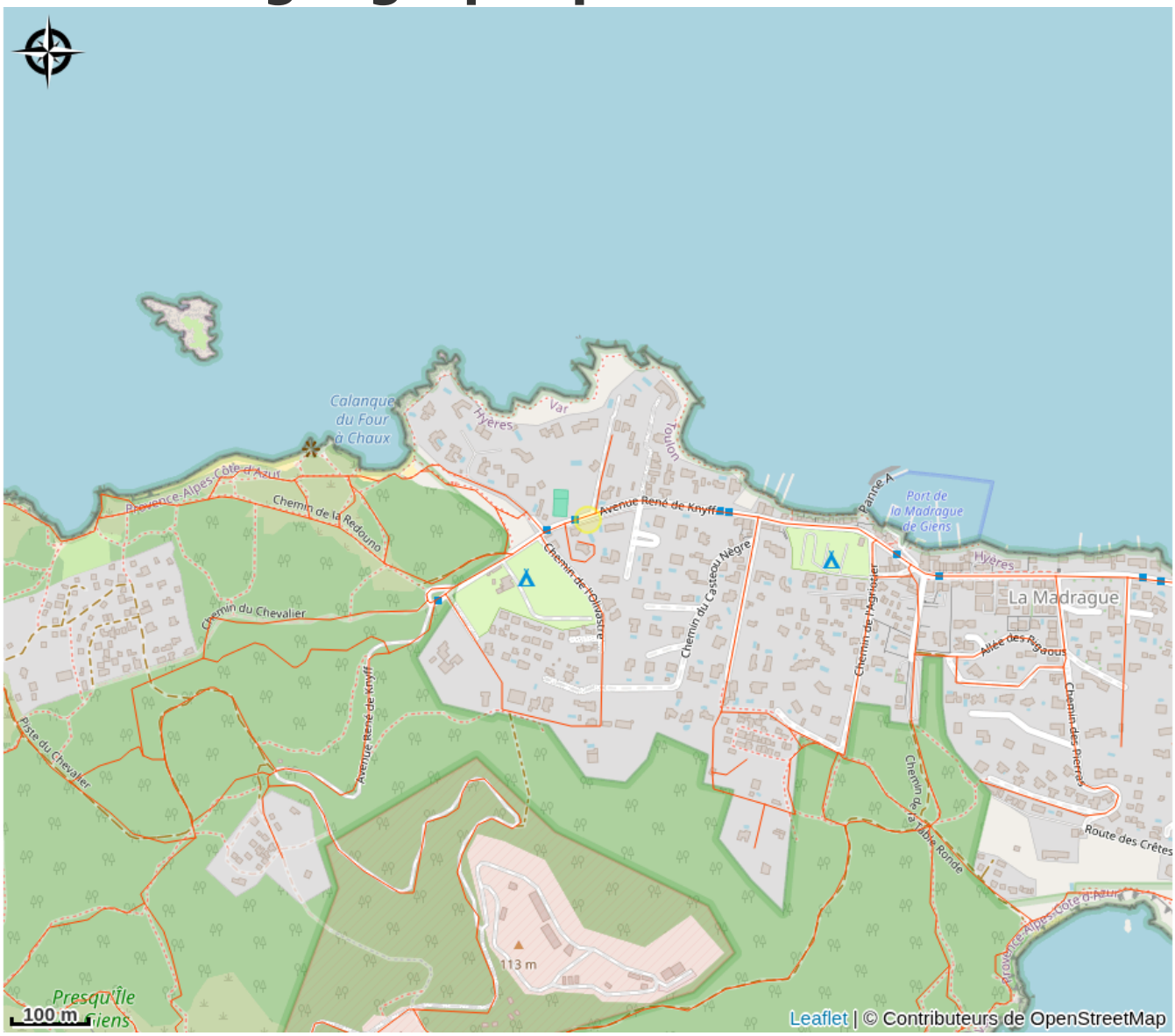
Ensemble nous découvrirons un site naturel exceptionnel et sur notre chemin, je vous inviterai à un bain de fôret, rythmé par la marche "Shinrin Yoku", pour vous ouvrir pleinement à la magie silencieuse des paysages.

Je vous parlerai des bienfaits que nous offre la nature avec des exercices pratiques que vous pourrez réutiliser. La séance se termine toujours par « une cérémonie du thé » et d’une légère collation pour partager l’expérience de tous les participants.

Durée : 3h.

Cette sortie à la demi-journée est proposée sur demande toute l'année sauf en juillet et août. Contactez directement Charlotte pour la programmer.

Situation géographique



Toutes les informations pratiques

Contact

560 impasse de de la grande cabane,
83160 La Valette-du-Var
06 14 90 89 55
https://www.facebook.com/
lesbaladesdecharlotte/
charlotte@baladesdecharlotte.fr
http://baladesdecharlotte.fr/