

Yoga et Randonnées

Le grand week end du 14 juillet 2022 en Ardèche (5 jours)

avec MarieClaude Hubert 0672828799 yogarando@gmail.com



Le gîte Nature l'Oustau , 1000m d'altitude,est une belle grande ferme de pierres magnifiquement restaurée « écolo » et toute proche d'un lac .

Il se trouve à 39 km du Puy en Velay à l'ouest et à 42 km de Valence, vallée du Rhone à l'est . Le village proche est Devesset .

Les randonnées sont plutôt faciles aux alentours et paisibles ,plateaux verdoyants, champs, forêts , collines (Mont Mezenc , Monts d'Ardèche) .

Il y a un peu plus loin le Mont Gerbier du Jonc ,1551m, source du grand fleuve la Loire .

Les chambres sont confortables avec salles de bain et les repas avec produits locaux et bio en grande partie , préparés par le maitre de maison.

Le Do-in pourra se pratiquer à l'intérieur et le Yoga à coté du lac tranquille.

Possibilité d'accueil : 10 personnes, chambres à 2 ou 3 personnes, salle de bain

Programme :

Arrivée le jeudi 14 juillet en fin de matinée , repas et randonnée , yoga fin de journée

puis vendredi, samedi,dimanche ; do-in du matin, randonnée, pic nic, yoga

lundi 18 juillet : Do in , courte rando , pic nic , fin d'activité vers 14h .

Un grand week end Nature , détente , oxygénation et régénération .

Organisation :

--s 'inscrire assez rapidement car c 'est un week end prisé . Avril serait parfait .
--co voiturage possible , je vous mettrai en relation . Quelquefois je ne connais pas votre lieu de vie , merci de me signaler .

--le Prix : --4 demi pensions + pic nics à régler directement à Françoise et Laurent sur place = 73 euros x 4 = 292 euros

et pour votre accompagnatrice préférée : --160 euros ,

(6 personnes minimum pour valider ce projet)

ce qui fait un total de 452 euros / personne pour ce séjour Santé Yoga et Randonnées .



Le lac Devesset et les environs .



Le mont gerbier du jonc 1551m . il y a un GR pour s'y rendre .

Pour vous inscrire : envoyer un chèque de réservation, 160 euros , à MarieClaude Hubert , 128 rue des Combattants AFN , 74700 Sallanches

et **renseignements** 06 72 82 87 99 . photos du gite : Oustau Devesset .

Au plaisir de vous revoir et de partager des jours heureux . Mcl