

Yoga et Randonnées en Lozère du 29 juillet au 05 août 2023

Hébergement dans la belle propriété de Martine , les Hespérides .

Avec Marie-Claude Hubert , accompagnatrice montagne et prof de Yoga

En pleine campagne du massif central , la maison se trouve dans un petit hameau Espères(st Leger de Peyre, 48100) . Il y a une piscine chauffée (surtout par le soleil) et une grande terrasse pour pratiquer le Yoga . Nous aurons une cuisinière pour la semaine qui s 'occupera de tous les repas, végétariens bien sûr .

Randonnées tranquilles dans les alentours. Nous sommes proches du Parc du Gevaudan (pour observer les loups) , de grottes , de sites celtes, forêts et rivières . Dans les champs il y a les belles vaches de l 'Aubrac .

Dates : du 29 juillet vers 16h au 05 août (matinée) .

Comment se rendre à Espères ? La maison se trouve proche de l'A75 . Sur l'axe Clermond Ferrand-Millau ; sortie no 37, à 10km nord de Marvejols.

Le Programme d 'activités : (en fonction de la météo) Do-in le matin , randonnée avec picnic et Hatha-Yoga-Relaxation en fin de journée .

Le Prix et comment s'inscrire ? --710 euros (dont 320 pour l 'hébergement) groupe minimum 6 et maxi 8 personnes .

S 'inscrire début avril de préférence avec un acompte de 250 euros à Marie-Claude Hubert, 128 rue des Combattants AFN, 74700 Sallanches .

