

YogiWalkie



Crédit photo : (les pieds sur terre)



Le YogiWalkie est un yoga nomade qui se pratique en marchant dans un lieu enchanteur, riche en Prâna, l'énergie vitale. Le yogiwalkie en forêt de Saoû permet d'explorer le vaste univers du Yoga dont les postures ne sont qu'une infime partie.

Infos pratiques

Categorie : Accompagnateurs

Description

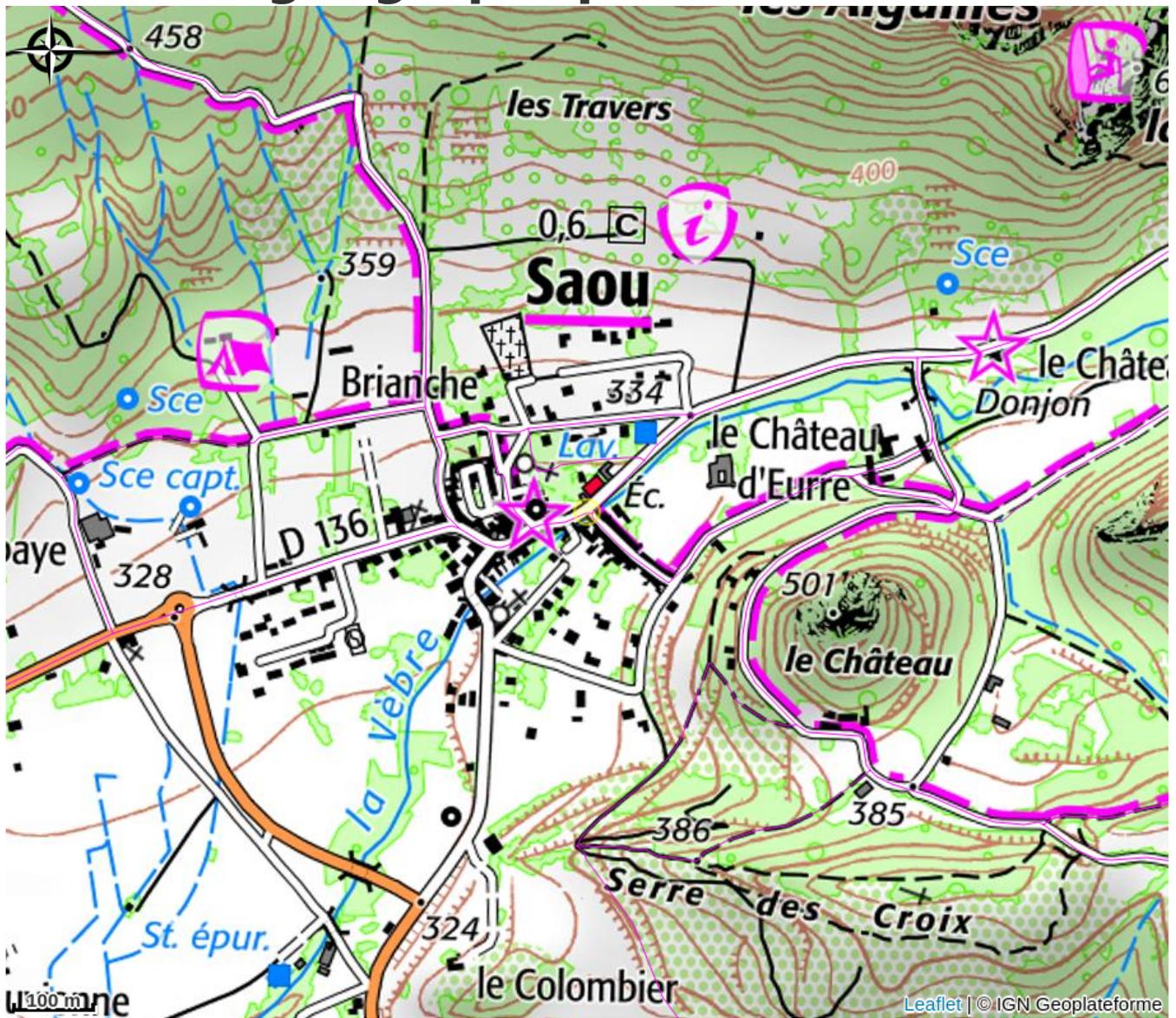
Le yogiwalkie© permet d'explorer le Vaste univers du Yoga dont les postures ne sont qu'une infime partie.

Ancrage, posturologie, oxygénation, tonicité, nettoyage, équilibre, focalisation, alignement, méditation, vibration, récupération, connexion... Pendant 2H30 nous parcourons le corps tout entier et libérons l'esprit du superflu, nous ne marcherons plus comme avant c'est évident.

Cette méthode est devenue une véritable boîte à outils qui améliore notre quotidien, et qui (r)éveille le petit yogi qui sommeille en chacun de nous. Le fait de pratiquer en extérieur active la puissance de certains exercices, c'est aussi une merveilleuse façon de fouler le sol , après un yogiwalkie© nous cessons de piétiner la terre nous avançons avec entrain, enthousiasme , le moral est boosté .

Activité proposée par Florence Chalandon, accompagnatrice en moyenne montagne et professeure de yoga.

Situation géographique



Toutes les infos pratiques

Informations pratiques

Ouverture:

Du 06/04 au 24/11/2024, tous les jours.
Printemps et automne: sur réservation.

Tarifs:

Adulte : 45 €.

Early bird (1 mois avant) : 37 €

Old friend (entre ami(e)s à partir de 3 pers) : 35 €/pers.

Modes de paiement:

Carte bancaire/crédit, Chèque, Chèque-Vacances Classic, Espèces, Virement

Fiche mise à jour par Office de Tourisme du Val de Drôme le 22/11/2023

Contact

Les Bayas 12

26400 Saoû

Tél. 06 24 40 58 11 / 04 92 43 12 69

contact@lespiedssurterre-rando.fr

<https://lespiedssurterre-rando.fr/>