



Journées

Plantes, Yoga & Massage

ANIMATIONS EN EXTERIEUR:

Botanique ✨ Cueillette ✨ Cuisine des plantes sauvages
Yoga ✨ Méditations ✨ Respirations ✨ Postures
Initiation aux massages intuitifs

21-22 JUILLET 2023

Refuge de l'Alpe du Pin

Saint-Christophe-en-Oisans (38)

Tél: 06 07 97 54 67



Programme: <http://larbre-et-la-main.fr/2023/05/07/plantes-bien-etre>

Tarif équitable : entre 100€ et 150€ les 2 jours

Les repas et l'hébergement ne sont pas compris et sont à réserver directement auprès du refuge.

*Possibilité de suivre chaque
demi-journée
au tarif unique de 50€.*



L'arbre et la main

www.larbre-et-la-main.fr

07 83 56 90 57

myriam@larbre-et-la-main.fr



Guidance par l'aromathérapie
Plantes et savoirs naturels
Massages intuitifs
Hatha yoga