

BAINS DE FORÊT PILAT

Une parenthèse pour souffler



Dans un monde qui va trop vite, la forêt vous invite à ralentir. Grâce à une immersion sensorielle guidée en pleine nature, retrouvez le calme, l'ancrage et un apaisement profond et durable :



Se reconnecter au vivant



Revenir au corps



Réduire le stress



Retrouver de la clarté mentale



Une expérience douce, accessible et transformatrice au cœur du Pilat.



Séances découvertes
(4 heures)



Séjour Forêt apaisante
(3 jours)



Groupes de 10 personnes maximum

SPÉCIAL
BAINS DE FORÊT
POUR LES FEMMES
EN BURN-OUT



Libérer la charge mentale



Retrouver confiance en soi



Se poser, se retrouver

Françoise Sagnimorte

Guide certifiée de bains de forêt conscients



À votre écoute avec bienveillance et respect



Renseignements et inscriptions :

06 11 57 24 21

Billetterie :

www.billetweb.fr/bain-de-forets



Facebook : Bains de forêt Pilat



Instagram : [bains.de.foret.pilat42](https://www.instagram.com/bains.de.foret.pilat42)