

# Balade sous les étoiles suivi d'un authentique repas au chalet d'alpage

...Partir dès 17h30, raquettes aux pieds, pour une balade facile (1h max), et arriver au chalet d'alpage au clair de lune, où un repas, cuisiné avec des plantes locales et mijoté sur la cuisinière à bois nous attend... L'ambiance du chalet traditionnel au cœur de la montagne, l'authenticité, la simplicité, vous laisseront un souvenir fort et incomparable...



Une balade en raquettes facile avec quelques pratiques simples inspirées du yoga, du Qi Gong, du Pranayama. Idéal pour lâcher prise, éveiller ses sens et prendre conscience de la nature qui nous entoure !

## Balade demi journée Zen Relaxation et bien être en pleine nature \*

\* Pour adultes

Toutes les sorties sont encadrées par un accompagnateur en montagne professionnel, diplômé d'état

\*Merci de réserver auprès de  
Véronique : 06 77 77 74 64  
ou Claude : 06 65 98 77 17

