

Formule 2 jours :

Programme des 2 journées

Jour 1

Matin :

- Accueil sylvestre (boissons chaudes et froides, viennoiseries...)
- Annonce du programme des activités
- Présentation du guide sylvestre et des bienfaits de la sylvothérapie
- Découverte de son arbre protecteur
- Rencontre avec des centenaires et bicentenaires
- Création d'un Mandala géant

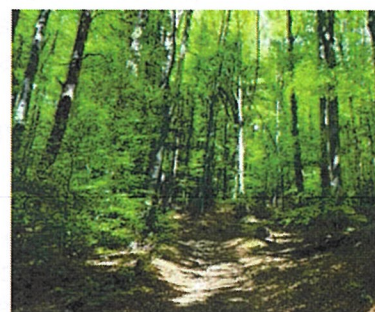


Repas sylvestre

Après-midi :

En forêt

- Cercle de pierres
- Activités ludo-créatives
- Contact énergétique avec l'arbre de son choix
- Barefooting et marche à l'aveugle
- Echange avec un pin sylvestre
- Prise d'énergie avec un chêne



Jour 2

Matin :

- Annonce du programme des activités
- Jeux sylvestres dans le parc
- Séance de relaxation auprès de son arbre protecteur



Repas sylvestre

Après-midi :

En forêt

- Safari photo pochoirs
- Cercle de pierres
- Relaxation hors sol
- Activités land art
- Prise d'énergie avec un centenaire

