



YOGA-RANDO-NATURE avec Marie-Claude Hubert , 06 72 82 87 99 , l'an 2023

Accompagnatrice Montagne , professeur de Yoga et Naturopathe, yogarando@gmail.com
www.yogarando.com (j 'habite Sallanches;74)

--je vous propose des cours collectifs de Hatha-Yoga à Sallanches, StGervais, Servoz,les Houches

--et aussi des Stages Yoga et Bien-être , des sorties Plantes et des Voyages avec Yoga



--en Hiver : sorties raquettes chaque jour avec l Office tourisme de Combloux 04 50 58 60 49

--du 13 au 20 mai : Lanzarote , randos , découverte de cette ile des Canaries

--du 26 au 29 mai : Détox et Relax , lac Bénit , 74. 4 jours pour se revitaliser !

--Sortie Plantes et Bain de Forêt au printemps et en juin (dates sur le site ou par tel)

--du 02 au 07 juillet : randos , Yoga et Mandalas au pays de la lavande -84

--les 13-14-15-16 juillet : rando itinérante en Val d'Aoste , le Paradis des animaux

--du 29 juillet au 05 aout : séjour Yoga et Randos douces en Lozère, confort, soleil et piscine

--du 12 au 19 aout : séjour Yoga et Randos dans le Vercors Sud , écogite , forêts et plateaux

--du 28 au 02 sept : Rando itinérante , les Châteaux Cathares

--Septembre 2023 : Portugal Sud !

Tous renseignements 06 72 82 87 99 , mail yogarando@gmail.com , www.yogarando.com