

# Slow Days

EN VERCORS

ÉDITION  
SPÉCIALE  
ÉTÉ

Du 11 juillet  
au 18 août  
2023

PROGRAMME

Ateliers bien être  
Activités douces  
Balades forestières  
Dégustations gourmandes  
Activités sport nature  
...

*Instants sensoriels à vivre au rythme de la nature*



**Nombre de places limité, ne tardez pas à réserver !**

**Informations et réservations :**  
04.76.95.81.75  
[www.correncon.com](http://www.correncon.com)



# Slow Days

EN VERCORS

Mar. 11/07	Qi gong	10h-11h30	Dès 14 ans	20 €
Jeu. 13/07	Qi gong	10h-11h30	Dès 14 ans	20 €
Mar. 18/07	Atelier yoga : ouverture de hanches	9h-11h	Dès 15 ans	30 €
Mer. 19/07	Pranayama	9h-10h15	Dès 15 ans	20 €
Jeu. 20/07	Cours de marche nordique	9h30-12h	Dès 10 ans	30 €
Ven. 21/07	Cours de marche nordique	9h30-12h	Dès 10 ans	30 €
Mar. 25/07	Atelier yoga : ouverture de hanches	9h-11h	Dès 15 ans	30 €
Mer. 26/07	Pranayama	9h-10h15	Dès 15 ans	20 €
Jeu. 27/07	Sophro nature	9h30-11h	Dès 12 ans	20 €
Mer. 02/08	Qi gong	10h-11h30	Dès 14 ans	20 €
Jeu. 03/08	Sophro nature	9h30-11h	Dès 12 ans	20 €
Ven. 04/08	Qi gong	10h-11h30	Dès 14 ans	20 €
<b>Dimanche 06/08</b>	<p><b>Une journée avec un écocarde du Parc Naturel Régional du Vercors</b></p> <p>10h-12h : balade encadrée en forêt 12h-14h : pique-nique Bûcheron au lieu-dit «Les Granges»</p> <p>15h-17h : Projection du film «Co-existence» (30 min) tourné dans le Vercors, suivie d'un débat sur la place de l'Homme dans la montagne.</p>	10h-17h	Adultes Enfants - 14ans	30 € 20 €
Mar. 08/08	Mouv'Yoga	9h30-11h	Dès 12 ans	20 €
Mer. 09/08	Sylvothérapie	10h-12h	Dès 16 ans	48 €
Jeu. 10/08	Mouv'Yoga	9h30-11h	Dès 12 ans	20 €
Ven. 11/08	Sylvothérapie	10h-12h	Dès 16 ans	48 €
Mar. 15/08	Yoga Nidra	9h30-11h	Dès 12 ans	20 €
Mer. 16/08	Sylvothérapie	10h-12h	Dès 16 ans	48 €
Jeu. 17/08	Yoga Nidra	9h30-11h	Dès 12 ans	20 €
Ven. 18/08	Sylvothérapie	10h-12h	Dès 16 ans	48 €

**Sur réservation à l'Office de Tourisme** (excepté pour la Sophro nature, résa directe au 06.82.33.74.85 ou masophroyoga@outlook.fr). Cours tous niveaux et maintenus suivant les conditions météo.

Tous les départs se font depuis l'Office de Tourisme sauf les ateliers de Sylvothérapie et Sophro Nature depuis le parking des Hauts Plateaux.