



**PRALOGNAN
LA VANOISE**

SAVOIE - FRANCE

**ANIMATIONS
GRATUITES**

FÊTE DU BIEN-ÊTRE

PROGRAMME

SAMEDI 23 AOÛT

9H - Yoga en famille

10H - Massage assis

15H - Atelier auto-massage du visage

17H30 - Conférence Ayurveda

DIMANCHE 24 AOÛT

9H - Balade marche nordique

9H - Réveil musculaire

10H - Yoga du rire

10H - Voyage sonore collectif

14H - Massage relaxation coréenne

14H - Balade « Flore à Croquer »

15H - Espace bien-être et spa (payant)

15H30 - Méditation sonore

16H - Massage assis

17H - Voyage sonore collectif

18H - Stretching / Mobilité

Plus d'informations à l'Office de Tourisme
ou au 04 79 08 79 08.

www.pralognan.com

