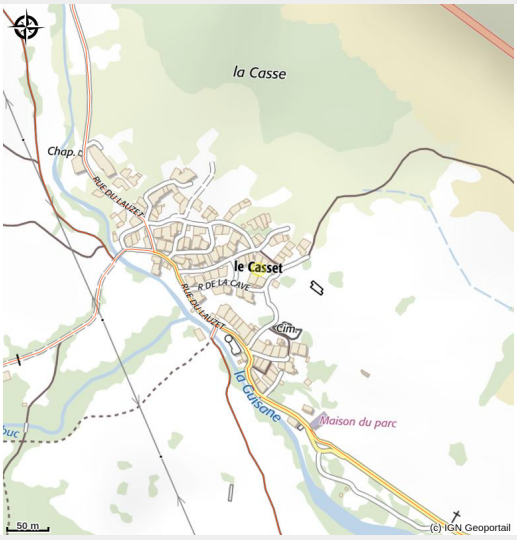
Sortie chamois, marche consciente et 1h de Yoga en salle au cœur du Parc national des Écrins

Briançonnais

Attribution : © Paul Bréchu



Infos pratiques

Catégorie : Sorties accompagnées

Type : Randonnées hivernales

Description

Rachel est accompagnatrice en montagne et professeure de Hatha Yoga, elle fait de la montagne sa maison naturelle et philosophique. Pratiquant le Yoga depuis ses 11 ans et amoureuse de belles montagnes, c'est ici qu'elle vous propose de vous dévoiler leur magie.

A travers de belles randonnées, elle partage ses connaissances en géologie alpine (Intervenante en géologie Alpine pour le Centre Briançonnais de Géologie Alpine), ainsi que sur la faune, la flore et les légendes des Hautes Alpes et de la vallée.

Elle se fera aussi un plaisir de vous initier au Hatha Yoga et à la marche consciente "un pas vers soi...".

Une pause gourmande est offerte à chaque sortie.

Situation géographique

Toutes les informations pratiques

Contact

30 B chemin de la Tour,
05100 Briançon
06 83 95 12 97
https://www.facebook.com/
randozen.serrechevalier/
randozensc@gmail.com
http://randozen-serre-chevalier.com/

Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr