

DU 16 AU 19 JUILLET À CORNILLON SUR L'OULE



ECO-SÉJOUR INSOLITE EN DRÔME PROVENÇALE



Revenir à l'essentiel, honorer son lien au vivant



*1 immersion en petit groupe (8 à 10 places)
4 petits jours dans un lieu magnifique
3 nuits en hébergements atypiques
+ repas bio et de saison*



Programme

- Découvrir sa nature ayurvédique** et l'équilibrer par des moyens simples
- Détendre son corps** avec les **pratiques et massages** ayurvédiques*
- Relaxer son esprit** avec les chants de **mantras sous les étoiles**
- Explorer les plantes** et leurs vertus grâce à l'herboristerie
- Respirer** pleinement avec les **balades ressourçantes**

AYURVEDA ET BIODIVERSITÉ



Avec Océane Rimbart,
Praticienne en Ayurveda et
Ingénieure en Préservation de la Biodiversité

520 €

Tout inclus
(*massage en supplément)

Contact et résa : 06 66 80 23 66 ou o.r.ayurvesens@gmail.com