

Marcher dans l'instant présent

Année 2022-2023



Méditer en marchant

Balades méditatives pour harmoniser les mouvements, le mental et le souffle

La Roche de Glun sans dénivelé : vendredi 7 octobre à 17h, lundi 27 février à 10h et vendredi 12 juin à 10h

Chantemerle les Blés dénivelé cumulé 50m : mardi 29 novembre à 10h, lundi 20 mars à 10h et lundi 10 juillet à 18h30

Vion dénivelé cumulé 300m : vendredi 16 décembre à 10h et lundi 24 avril à 10h

Mauves dénivelé cumulé 450m : lundi 9 janvier à 10h et vendredi 26 mai à 18h30

Beaumont Montoux au jardin zen Erik Borja dimanche 2 octobre et samedi 8 avril à 10h