**2 Journées Rando – Vers toi**

Du Samedi 9h au Dimanche 16h

**Au programme :**

Randonner dans la nature

S’offrir un temps de réflexion sur soi

Se poser un objectif pour le week-end

Connexion à la nature : ancrage

Exercices pratiques

Méditer en groupe

Partager ses émotions

Pique-niquer dans les bois

Vivre des temps de silence

Installer un campement

Cuisiner au feu de bois

Bivouaquer à la belle étoile

Déjeuner au son des oiseaux

Vibrer au son du tambour

Vivre une expérience nature

Se découvrir de nouvelles ressources

….

**300.-**

**(2 Soupers/2 Déjeuners/1 Dîner/Accompagnement/Ateliers compris)**