

Pour commencer l'année en pleine forme !

Au cœur du Vercors, nous alternerons balades à la journée* et pratiques de yoga. Nous serons accueillis au « Tilleuls de la Railletière », à Malleval en Vercors, petit village à 1000 m d'altitude en pension complète.

Sauna à disposition.

Le plein d'oxygène et de détente, pour reprendre l'année en toute sérénité !

Les repas seront préparés par un cuisinier et pris sur place (panier repas pour les balades)

*itinéraires proposés et librement consentis par chacun sans accompagnateur diplômé.



**STAGE D'ETE
PILATES et
MONTAGNE**

Avec
**Gabrielle TEMPERE
et Thierry GUSTIN**

Du 25 au 31 juillet 2020

640 €

A stylized black and white logo of a person in a Pilates position, set against a green background.

www.pilates-lyon4.fr



Renseignements et inscriptions

06 60 68 64 23

pac69004@free.fr



