



**“J’irai revoir ma Normandie, c’est le pays qui ...”
Voyage en Normandie en août 2022 (date à préciser)
Avec au programme**

- Hatha yoga pour débutants,
- Yoga Nidra (relaxation du yoga),
- Méditation
- Randonnées
- De l’air pur et marin
- De magnifiques paysages
- Une atmosphère historique souvenirs de Guillaume le conquérant
- Abbaye de Grestain

Hébergement sur place en gîte ou à l’hôtel à Beuzeville avec participation à l’intendance (repas) sous forme de karma yoga

Voyage en voiture ou en train ou en bus

Bulletin d’inscription

Nom

Prénom

Je suis intéressé(e) oui non

Préférence de date en Août