

FEUILLE DE ROUTE

YOGA ESCALADE A BUOUX Du 22 au 26 juin 2021

Trains conseillés : Le 22/06/21 Paris Avignon TGV 7h39-9h19 + Bus avignon TGV APT 9h45-10h50. Une navette vous retrouvera
Le 26/06/21 Avignon TGV Paris 18h13-21h16. Bus de APT à Avignon TGV à 16h30. Nous vous y conduirons

Liens bus : www.sudest-mobilites.fr

Liens trains : <https://www.thetrainline.com/>

PLANNING

1 ^{er} jour :	Arrivée -Découverte du lieu et des gens-installation-lunch 16h-17h Promenade sensorielle 18h-20h Yoga 20h diner
2 ^{ème} jour :	8h30-11h 30 yoga vinyasa 12h00-13h brunch 14h-18h escalade ou étude des asanas et de leurs symboliques 18h-20h pranayama- yoga vinyasa -Méditation 21h diner
3 ^{ème} jour :	8h30-11h 30 yoga vinyasa 12h00-13h brunch 14h-18h escalade ou étude des asanas et de leurs symboliques 18h-20h pranayama- yoga vinyasa -Méditation 21h diner
4 ^{ème} jour :	8h30-11h 30 yoga vinyasa 12h00-13h brunch 14h-18h escalade ou étude des asanas et de leurs symboliques 18h-20h pranayama- yoga vinyasa -Méditation 21h diner
5 ^{ème} jour :	8h30-11h 30 yoga vinyasa 12h00-13h brunch 13h-15h30 Libre 15h30 Départ

BALANCE ZONE
IBAN : FR76 1027 80613700 0208 8100 148
BIC : CMCIFR2

