

WEEK-END IMMERSION AUTOMNE

THÈME

Randonnée, yoga
et nuit en tentes (fournies)
au son du brame du cerf

Yoga &

Brame du cerf



Week-end du

3 & 4 OCTOBRE 2026



À Courmes,

dans un domaine privé

PROGRAMME

SAMEDI



10h30

Rendez-vous au village de Courmes
Départ de la randonnée
Dénivelé env. 300m – Durée 4h30 – 9km



Pique-nique
et séance de relaxation
en pleine nature



17h00

Retour



17h30

Arrivée au domaine,
douche et étirements



Installation des tentes
et du matériel pour la nuit



20h00

Dîner au brasero



21h00

Observation des étoiles
et écoute des cerfs

DIMANCHE



Matinée yoga en pleine nature
Thé, café et collation légère
au réveil



11h00

Brunch



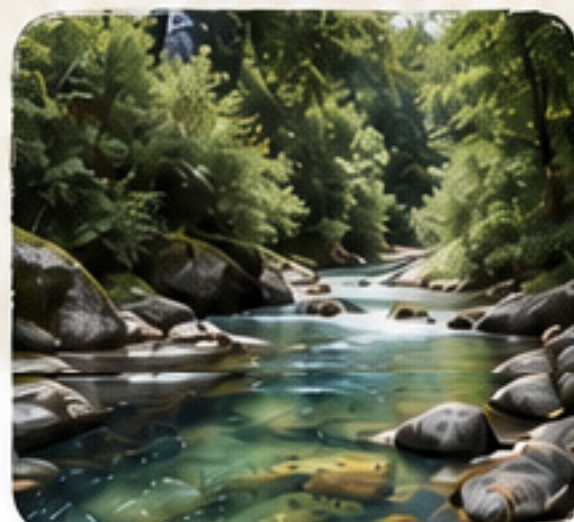
13h00

Baignade en rivière et farniente
pour récupérer de la nuit



16h30 / 17h00

Fin du week-end



MATÉRIEL REQUIS



- Vos affaires de rando (une liste vous sera fournie) et affaires de toilettes
- Un tapis et une tenue de yoga
- Matériel de nuit : Un matelas, un duvet et un oreiller

INFOS & RÉSERVATIONS

Olivia Falavel



06 60 74 33 68



oliviafalavel@gmail.com

