

un week-end pour se reconnecter à soi ?

La base de loisirs du lac de la Gimone, à Saint-Blancard, organise les 23 et 24 mai "Gimone En Forme", un week-end placé sous le signe du bien-être, de la nature et du partage



un week-end pour se reconnecter à soi ?

Pendant deux jours, plusieurs intervenants passionnés proposeront une quinzaine d'ateliers accessibles à tous : yoga, Pilates, danse intuitive, Animal Flow, Qi Gong, chants du monde, méditation sur l'eau, initiation à la lactofermentation...

Des ateliers pour enfants seront également proposés autour du cirque et des percussions, ainsi qu'une soirée musicale le samedi soir.

Des balades en calèche et animations autour des chevaux seront également proposées tout au long du week-end.

