



RANDO  
INTUITION

RANDO  
MEDITATION

RANDO  
YOGA

Bureau montagne des marches thérapeutiques  
de la vallée de Chamonix

## RANDO INTUITION



L'expérience de plusieurs techniques en une seule randonnée : **méditation, yoga, marche afghane et marche.**

## RANDO MEDITATION

L'alliance des **bienfaits de la marche** en pleine nature à la pratique de la **méditation immobile et en mouvement.**



## RANDO YOGA



L'approche du **yoga combinée à la marche** pour **accéder à l'intelligence** qui nous constitue et nous **re-connecter avec le vivant.**

Départ assuré dès 1 personne inscrite



*Accessible  
à toutes et tous*



*3h, demi-journée  
ou journée*



*A partir de 25€*

[intuitionmontagne@gmail.com](mailto:intuitionmontagne@gmail.com)

07 88 13 40 99 ou 06 84 73 05 24

[www.intuitionmontagne.fr](http://www.intuitionmontagne.fr)

