

# *SEJOURS RANDONNEE et YOGA dans LE CANTAL*



2 semaines au choix : du 26 au 31 JUILLET  
du 2 au 7 AOUT

*Un séjour pour se reposer et se ressourcer.*

*Petit groupe : 8/10 participants.*

*Randonnées quotidiennes dans la montagne, 2/3 heures de YOGA  
par jour, des temps de tranquillité et de solitude.*

*Nourriture végétarienne simple. Partage des tâches collectives,  
notamment la confection des repas.*

Hébergement : Ermitage Grandval [www.ermitage-grandval.fr/](http://www.ermitage-grandval.fr/)  
situé sous le plomb du Cantal.

Tarif : 480€ (5 jours/6 nuits) tout compris,  
covoiturage à prévoir.

\*

RENSEIGNEMENTS et INSCRIPTIONS :

*Pascal NICOL et Odile SEVENO, professeurs de YOGA  
et amoureux de la marche et de la nature.*  
[sevenodile@yahoo.fr](mailto:sevenodile@yahoo.fr) Tel. 06 74 70 13 38