



## Stage de yoga et randonnée à Annecy du dimanche 25 au vendredi 30 août 2024



	dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	25/08/2024	26/08/2024	27/08/2024	28/08/2024	29/08/2024	30/08/2024
Petit déjeuner	de 8h00 à 8h45 petit déjeuner servi au village vacances Le Pré du Lac					
Matin	6h00 - départ de St Hilaire de Riez RDV au 22 rue du Fief Prieur	7h30 - 8h00 Méditation Petit déjeuner 9h00 - yoga - départ pour la randonnée - Sentier thématique des Roselières	7h30 - 8h00 Méditation Petit déjeuner 9h00 - yoga - départ pour la randonnée - Boucle du Landon ou la crête du Taillefer - 3h15	7h30 - 8h00 Méditation Petit déjeuner 9h00 - yoga - départ pour la randonnée - visite de la vieux ville Annecy	7h30 - 8h00 Méditation Petit déjeuner 9h00 - yoga - départ pour la randonnée - le chalet de la L'Aulp	7h30 - 8h00 Méditation Petit déjeuner 10h00 - Libération des chambres
Déjeuner	A prévoir par les participants le pique- nique	Panier repas fourni par l'hébergement à récupérer le matin avant le départ				
Après-midi	17h00 - Installation dans les chambres et découverte des lieux et yoga	14h00 - Randonnée Sentier thématique des Roselières 17h00 yoga	14h00 - rando et visite du Musée 17h00 yoga	14h00 - Visite de Annecy - la vieille ville 17h00 yoga	14h00 - le chalet de la L'Aulp 17h00 yoga	Retour
Diner	19h30 dîner servi en salle					
Soirée	Détente - discussions - jeux					
Association Yoga Pour Tous - Odile Moreau - 06 88 19 04 87						