

- Séances de yoga
- Baignades dans le Tarn
- Escalade
- Canyoning, et bien plus !



IMMERSION ESCALADE ET YOGA

« Le souffle est le pont entre le corps et l'esprit »
Tich Nhat Han

Nous avons imaginé ce séjour au cœur de l'été comme une multiplication d'expériences inédites, accessibles à tout.e.s, débutant.e ou pratiquant.e dans une atmosphère joyeuse et coopérative. En plus des activités, une dynamique collective, basée sur l'entraide, sera le socle d'une gestion autonome de la vie quotidienne.

Le camp s'installera au Pont de Montvert et nous irons chaque jour découvrir les alentours, profiter des reliefs du Mont Lozère et de la fraîcheur du Tarn. Le combo escalade/yoga (en solo ou en duo) ponctuera nos journées, des pratiques variées, pour mieux appréhender son corps dans l'espace, composer avec des environnements différents et se relier par le mouvement à soi et aux autres...



Du 12 au 19 juillet 2026

7 places - Bivouac

Tarif : 640 €

Tarifs spéciaux 2e séjour ou 2e enfant
Aides CAF, MSA, FNAS, ASE...
Nous consulter !

Possibilité de transport (payant)
depuis Montpellier et Alès