

# **GROUPEMENT POUR LA PRATIQUE DU YOGA**

## **JOURNEE PLEIN AIR**



**Associant YOGA et petite randonnée  
accessible à Toutes et à Tous (6 km)**

**SAMEDI 29 AVRIL 2023**

**Au Centre du Scamandre à Gallician**

Sur un site de 215 ha, au Sud-Ouest de l'étang du Scamandre, le centre de découverte « Réserve Naturelle Régionale » offre des sentiers pédestres permettent aux visiteurs de parcourir les milieux voués à la sauvegarde de la faune et de la flore.

Des zones d'observation, belvédère, affût, plate-forme flottante permettent de ressentir les ambiances du lieu et d'apprécier l'intimité de la nature au fil des saisons.



**Rendez-vous à 9H 30**

**Au château d'Espeyran à Saint-Gilles  
Pour une séance de yoga en plein air animée par Bernadette  
Avant de partir à la découverte du site.**

**Prévoir un pique-nique.**

**Inscription par mail :  
[Centremandala.yoga@outlook.fr](mailto:Centremandala.yoga@outlook.fr)**

**Participation aux frais : 25 €**