



MARCHER À SON ECOUTE

En petit groupe guidé dans la forêt, souvent en silence, nous porterons attention, alternativement à notre marche, à notre respiration, à certains de nos sens, et à ce qui nous entoure...

Accessibles à toutes et tous :
Marche lente, peu de dénivelé.

Vous venez avec de **bonnes chaussures**, des habits adaptés à la saison, **une boisson** dans un **petit sac à dos**.

Accès en transport public facile, ou parking gratuit.

Annulé en cas de pluie

CALENDRIER DES SAMEDIS 2023-2024

DE 14h à 7h à Givrins

21 octobre 2023
9 décembre 2023

6 janvier 2024
3 février 2024
13 avril 2024
4 mai 2024

Sur donation

Rendez-vous : Gare de Givrins, à 14h03 (35 min. de Genève, en train)

Inscription : Martine Cherix 076 / 811 47 26

contact@santesubtile.ch