

Visite pédestre guidée à Hastière

Samedi 18 juin 2022

Promenade Bien-être - Bain de forêt - Sophro-Nature à la réserve J. Septroux

Une balade de 2 heures, en petit groupe, pour se connecter à soi et à la Nature. Un temps pour s'extraire du tumulte du quotidien... pour s'offrir une vraie parenthèse verte... à l'écoute de soi-même et de son environnement. Voir, entendre, sentir, toucher et goûter ... Eveiller nos sens et notre attention sur ce qui nous entoure et qui nous fait vibrer à l'intérieur.

L'occasion de (re)découvrir la réserve Jean Septroux.



En Pratique

Organisation : Office du Tourisme de Hastière

Guide : Linda Demey - Sophro-conseillère

Heure : départ à 15h et retour vers 17h

RV : au parc de l'Abbatiale

Distance et terrain : 1,5 km sans difficulté

La réservation est obligatoire - groupe limité

Nous terminerons la balade par le partage d'un thé

Contact : 082/64 44 34 - info@hastiere-tourisme.be

Prix : 5€

Prévoir une tenue confortable et adéquate, en fonction de la météo, et porter des chaussures adaptées à l'activité. Bouteille d'eau pour s'hydrater et tapis de yoga bienvenu.

Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident, de vol ou de dégât survenu pendant la randonnée.



Avec le soutien de

