

BALADES NATURE

Journée en Limagne

Mardi 28 Septembre 2021

		Point de rendez-vous	Nombre de kilomètres	Informations parcours	Description
Découverte de la marche Afghane	10H00-12H00	RANDAN Parking du Château	6 km (possibilité de raccourci en accord avec le groupe)	Dénivelé faible (+100m) Sentiers naturels, parfois caillouteux, prévoir de bonnes chaussures, bâtons de marche bienvenus	Venez vous initier à une autre façon de marcher. A la manière des bergers afghans nous cheminerons en douceur à l'écoute de notre corps connecté à notre environnement naturel en calant nos pas sur notre respiration.
12h30 : Repas à l'Auberge de Saint-Sylvestre (à la charge des participants)					
Une Vie de Forêt	14H00-17H00	ST-SYLVESTRE-PRAGOULIN Au Vieux St-Sylvestre, au bout de la Rue des Noyers, au panneau de randonnée	5 km (possibilité de raccourci en accord avec le groupe)	Dénivelé faible (+72m) Sentiers naturels, parfois caillouteux, prévoir de bonnes chaussures, bâtons de marche bienvenus	Immergeons-nous le temps d'une balade dans les bois du Vieux Saint-Sylvestre. La forêt, lieu de vie et lieu en vie, a des histoires à nous conter.

Participation gratuite, sur inscription auprès du CLIC au 06 68 63 35 74.

Possibilité de s'inscrire sur la journée ou sur l'une des activités / respect des gestes barrières.

