



# Séjour Jeûne Randonnée et Yoga au Pays Basque



**Du 11 Avril au 17 Avril  
2026 à Lasse**



Claire, **naturopathe, professeure de hatha yoga et accompagnatrice de jeûne et randonnée formée à la FFJR**, vous convie à une semaine de jeûne Buchinger au cœur de la nature.

## Au Programme:

- **Jus de légumes et fruits frais**
- **Des randonnées quotidiennes choisies** et adaptées
- **Du Yoga doux tous les jours** (facultatif), **des soins corporels** (en option) et des parenthèses dans le **jacuzzi**
- Des temps de **repos, d'intégration** et de **silence** mais aussi des temps de **partages** et **d'échanges**
- Des **conférences et/ou ateliers** toujours en lien avec le bien-être
- **Repas de reprise alimentaire** partagé en fin de semaine
- D'autres surprises car on adore l'imprévu!

✉ [clairelegoff.dipayatra@gmail.com](mailto:clairelegoff.dipayatra@gmail.com)

✉ [@dipayatra\\_claire\\_le\\_goff](https://www.instagram.com/dipayatra_claire_le_goff)

✉ [06.26.79.06.19](tel:0626790619)

**Séjour accessible à partir de 670 euros en chambre partagée**