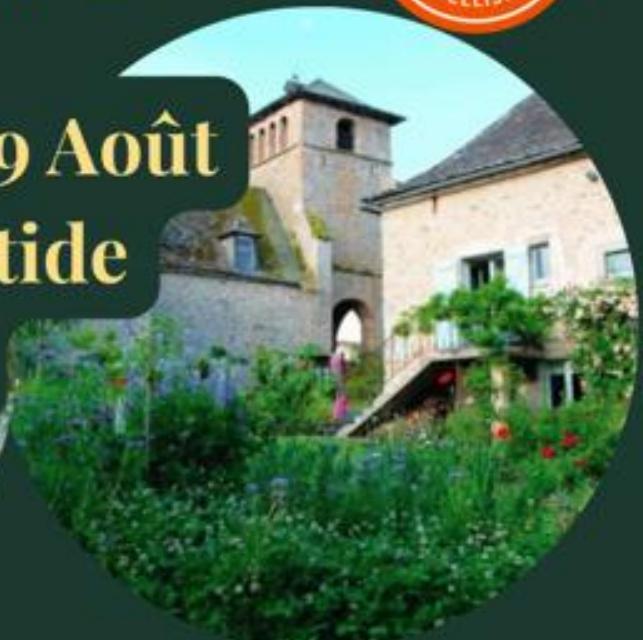
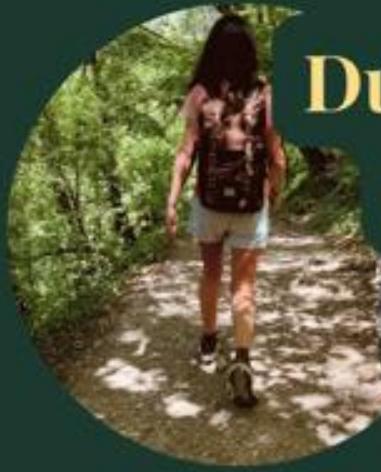




Séjour Jeûne Randonnée et Yoga en Aveyron 12



Du 03 Août au 09 Août
2026 à La Bastide
L'Evêque



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 moments de détente** dans le sauna
- 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
⌚ @dipayatra_claire_le_goff
⌚ 06.26.79.06.19

Séjour accessible à partir de 670 euros en chambre partagée