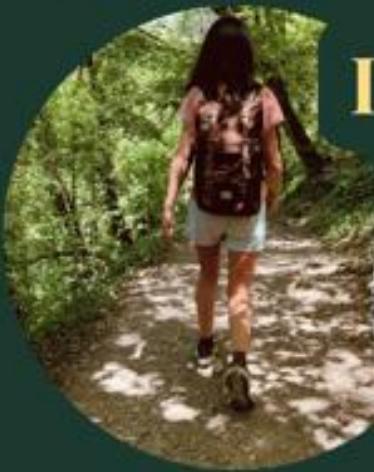




# Séjour Jeûne Randonnée et Yoga en Aveyron 12



Du 06 Juillet à au 12 Juillet 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