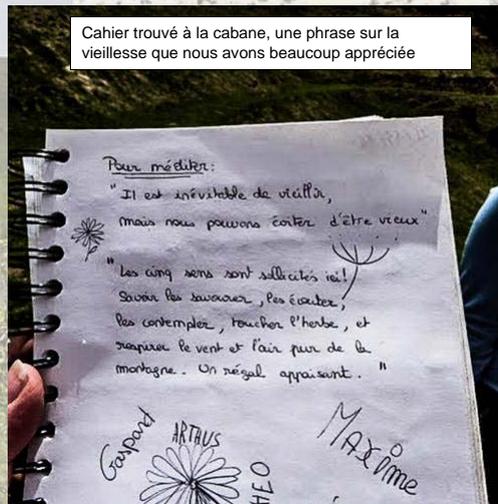


Compte-rendu du we yoga et rando du 5 au 8 mai 2017

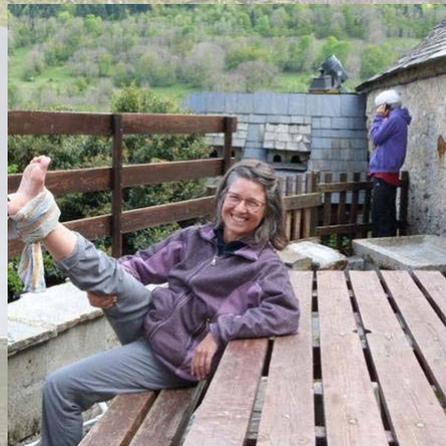
Ce fut un we vraiment chaleureux et sympathique où la magie du chalet a opéré. Nous avons tourné autour d'une douzaine de personnes, suivant les journées, les élections présidentielles ayant fait redescendre certaines le dimanche après-midi, mais permis à d'autres de nous rejoindre. La météo a été mitigée. Nous avons partagé le temps entre le yoga, animé par Magali et Pascale, avec éveil énergétique à 7h30, et pratique en fin d'après-midi, et la rando, dirigée par Kinou. Nous sommes allés pique-niquer à la cabane au-dessus de Jurveille le 1er jour, et y avons pratiqué une séance de yoga.



A la cabane au dessus de Jurveille



Cahier trouvé à la cabane, une phrase sur la vieillesse que nous avons beaucoup appréciée



Magali garde le chalet et la patte en l'air pour soigner son entorse



posture de la montagne

Le lendemain, dimanche, pique-nique au lac de Bordère, en ayant précédemment joué du « souffle » pour atteindre le sommet du Monné ! Et le lundi balade jusqu'aux granges.



Salutation au soleil