



DU 15 JUIN AU 15 JUIN

## Balade de sylvothérapie et immersion nature Parc de la gournerie - Saint Herblain

Originaire du Japon le « Shinrin Yoku » ou Sylvothérapie propose une immersion auprès des arbres et de la nature.

Au programme : connexion aux arbres, exercices d'ancrage , exploration du parc, ouverture des sens à la nature, partage et ressentis,...

### 📍 RÉSERVATION

obligatoire

### ⌚ DURÉE

2h

### 📅 DATES / HORAIRE(S)

Du 15 juin au 15 juin  
10h-12h

### 🔍 INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

### € TARIFS

Tarif adulte : 30 €

### 📞 CONTACT

Plantes et co  
Marine au 06.88.15.33.49

Sortie proposée dans le Carnet de Balades conçu par Écopôle