

## Balade de sylvothérapie et immersion nature

## Par 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,...

NESERVATION
☑ DURÉE

obligatoire
2h

**M** DATES / HORAIRE(S)

**@ INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES** 

- 16 novembre 10h-12h

€ TARIFS

Tarif adulte: 30 €

Plantes et co
Marine au 06.88.15.33.49

Sortie proposée dans le Carnet de Balades conçu par Écopôle