

COMMENT VENIR A LA JOURNÉE DE RETRAITE ?

Quand

Dimanche 12 avril : L'arrivée sur place entre 9h15 et 9h25, la journée commence dans la salle à 9h30 et nous finirons vers 16h.

Le lieu

370 montée du serre 26400 Piegros la Clastre.

Mettez votre GPS (si besoin) pour arriver ICI : <https://www.google.com/maps?q=44.6966877,5.0944573>

Se garer

Deux endroits possibles



Ne pas se garer là (remarquez qu'il y a une pierre pour barrer l'accès, c'est le gîte du locataire)

Ni là, car les voitures s'enfoncent et abîment les bas côtés



Les toilettes

La salle d'eau est distante de la salle de quelques mètres. Elle se trouve ICI

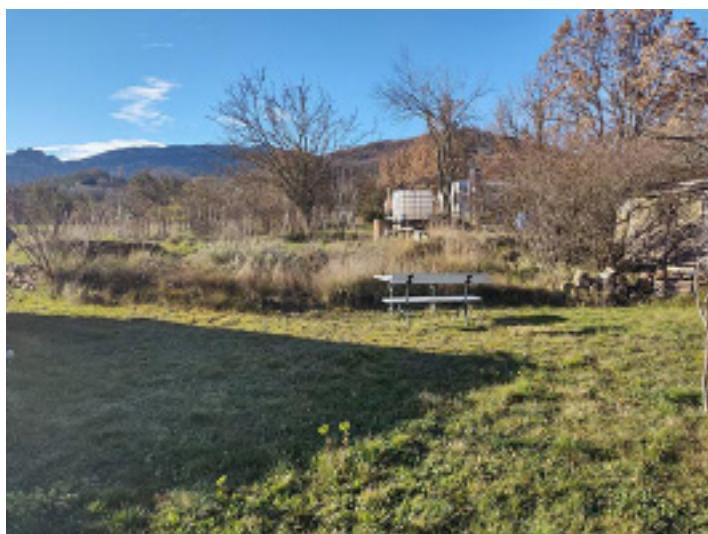


La salle

vue de l'extérieur

L'entrée se fait par la cuisine où vous pouvez déposer vos affaires du déjeuner

On entre sans chaussures dans la salle,
merci beaucoup.



Prendre avec vous

Venez avec toutes vos affaires :

- Tapis de yoga
- Coussin de méditation (Pour ceux qui préfèrent être assis sur une assise haute, me prévenir que je prenne des tabourets)
- Pull, châle ou plaid pour vous couvrir car le corps qui se détend peut avoir froid,
- **Déjeuner à partager** (attention il n'y a pas de four ni de plaque de cuisson sur place)
- Thermos, eau avec votre verre/tasse personnelle
- Tout ce dont vous pourriez avoir besoin pour votre confort.

Nous pourrons avoir, selon le temps, des moments de pratique à l'extérieur. Ajoutez dans votre sac tout ce dont vous pourriez avoir besoin pour rester dehors lors des méditations marchées.

Merci !

