Shiatsu Do Murat

指圧道

MARCHE ENERGETIQUE EN FORÊT

L'association Shiatsu-Do Murat organise une marche énergétique dans la nature (accessible à tous) dans les bois où il vous sera présenté des exercices de Do-In (auto-shiatsu) et des exercices d'étirements sur plusieurs endroits du parcours.

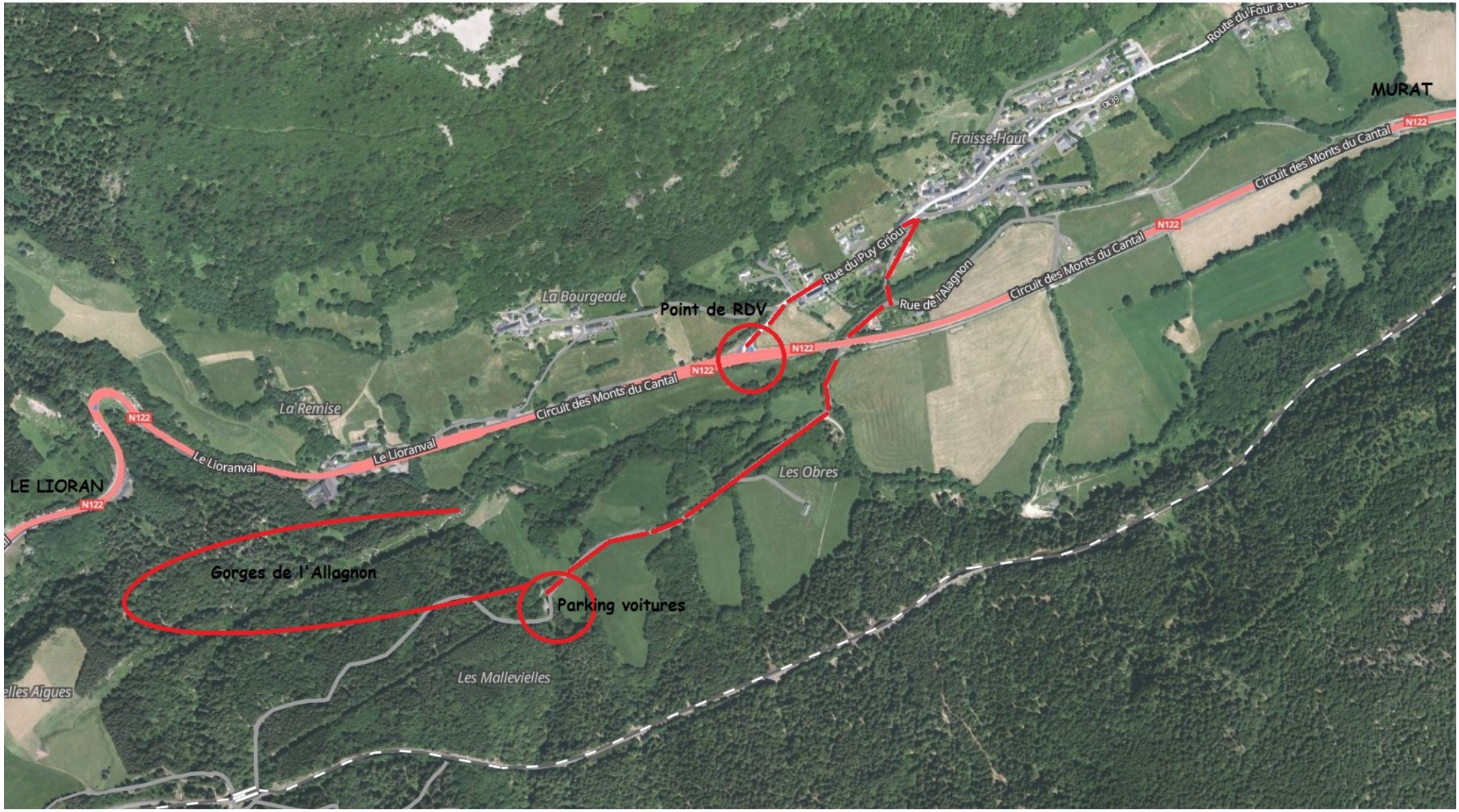
Lieu :	Gorges de l'Allagnon à Laveissière. Rendez-vous RN122 croisement de Laveissière (voir plan)
Heure :	De 9h à 10h30
Difficulté :	Accessible à tout le monde
Matériels :	Bonnes chaussures, bouteille d'eau, bâtons de marche (option)
Dates :	Dimanche 7 août 2022.
Participation :	10 euros par personne

<u>Renseignements et Réservation</u>

Auprès de Gilles FLORENT – Tél. 06.70.89.09.21 – gillesflorent@wanadoo.fr

Nombre de places limité

Animation par Gilles FLORENT, Praticien et enseignant en Shiatsu


MURAT
Route du Four à Ch
Fraisse-Haut
D39
N122
Circuit des Monts du Cantal
Rue du Puy Griou
Rue de l'Allagnon
La Bourgeade
Point de RDV
La Remise
Le Lioranval
LE LIORAN
Les Obres
Gorges de l'Allagnon
Parking voitures
Les Mallevielles
elles Aigues