

Randonnées journées et 1/2 journées

Vallée de Peisey-Nancroix.
Départ refuge Rosuel



Botanique Passion,
plantes culinaires et médicinales

Initiation et perfectionnement autour de la flore arctico-alpine

Les lundis du 11/7 au 29/8/2022
9h00 - 16h00



Sylvothérapie,
bien-être et bains de nature

Le temps d'une marche étonnante qui soigne,
pour se détendre et se ressourcer

1/2 journées : 9-12h et 13h30-16h30
Les mercredis du 13/7 au 31/8/2022



Marmottes, bouquetins
et avifaune

Au paradis des animaux de montagne
dans leur milieu spécifique

Les vendredis du 15/7 au 02/9/2022
9h00 - 16h00

Les jeudis départ Office tourisme Bourg St Maurice 8h30
RANDONNÉES THÉMATIQUES À LA DEMANDE !

Marie-Odile Dion
06 82 88 79 81



Accompagnatrice en montagne spécialisée en botanique et thérapeute
Marche nordique, gym Pilates, QiGong et Yoga de la marche.

marie.randos@wanadoo.fr

<https://www.facebook.com/marie.randos>

<https://www.espritparcnational.com/fr/sorties-decouvertes>