

Journée conviviale du Centre Lédonien du Yoga
DIMANCHE 25 JUIN 2023
Salle des fêtes de Verges, château de Binans



Chers ami(e)s du Yoga,

Le Centre Lédonien de Yoga vous propose une journée conviviale qui permettra aux adhérents, à leur famille et leurs amis

- de découvrir la pratique du qi gong et du yoga de la voix lors d'ateliers proposés bénévolement par deux professeures
- de se rencontrer et de partager un pique-nique
- de découvrir le site du château de Binans

Horaires de la journée : 09h30 - 17h

- 9h30 : rendez-vous pour covoiturage sur la place du marché au bois blanc à Lons-le-Saunier (nombre de places à préciser dans la fiche d'inscription). Possibilité de se rejoindre directement à la salle de fêtes de Verges.
- À la salle des fêtes, deux ateliers seront proposés : yoga de la voix et Gi Gong
- 12h30 : pique-nique tiré du sac
- 13h30 départ de la salle des fêtes pour une marche d'environ 1h pour se rendre sur le site (prévoir des chaussures de marche et des bâtons si besoin). Possibilité de limiter la marche à 30 min avec un départ de la chapelle de Binans accessible en voiture.
- 14h30 : visite accompagnée des ruines du château de Binans
- 15h30 : départ pour le retour à la salle des fêtes

Nous espérons vous voir nombreux !

Adresse salle des fêtes de Verges : route des marronniers à Verges, elle est située à la sortie du village en direction de la voie verte.