sanasports®

Amis - Parents Conjoints sont les bienvenus

Atelier « Peur du Vide »

Dimanche 26 juin 2022

Avec

Stéphane Genet *accompagnateur en montagne avec brevet fédéral*

Aude Charles *psychologue*

Rendez-vous :
Martigny à 8h30 – Retour à Martigny vers 17h

Déroulement de la journée :
Le transport pendant la journée est assuré par les organisateurs.
Des exercices pratiques et de mise en situation seront proposés.
Balade d'environ 10km avec 500m de dénivelé+

Equipement :
Chaussures de marche, habits adaptés à une randonnée en montagne selon la météo du jour, bâtons si les participants ont l'habitude de marcher avec, boisson et piquenique.

Prix :
Prix : 190.- membres Sanasports - 210.- pour les non-membres.
Versement 50% à l'inscription sur l'IBAN de Sanasports :
Banque Cantonale Vaudoise, Lausanne IBAN CH75 0076 7000 H 5470 9548
Pas de remboursement en cas de désistement après le 26 mai 2022

Important :
Lors de l'inscription mentionner en quelques mots quelles situations vous font peur afin que la journée puisse être préparée de façon optimale.

Délai d'inscription :
Mardi 26 mai 2022

Information :
021 320.22.03 (Lu-Ma-Me-Ve: 9h-12h / Je: 14h-17h) – Fax: 021 320.22.04E-Mail : info@sanasports.ch. Inscription par téléphone possible.

Je m'inscris directement en ligne en cliquant sur : www.sanasports.ch/activites/inscription-cours

sanasports®

Rue Marterey 52 – CH-1005 Lausanne – www.sanasports.ch - info@sanasports.ch