

LÂCHER PRISE

UNE RANDONNÉE DE 2 JOURS OÙ NOUS NOUS ADAPTONS À CE QUI SE PRÉSENTE

POUR VOUS QUI :

- Aimez la marche en montagne
- Avez envie de prendre un temps de recul sur votre quotidien
- Souhaitez trouver un équilibre entre chercher à tout contrôler et laisser tomber
- Voulez contacter vos ressources dans la bienveillance

NOUS VOUS PROPOSONS UN WEEK END DANS LES PYRÉNÉES, QUE NOUS CO-CONSTRUIRONS AU FUR ET À MESURE DE LA RANDONNÉE

Ce stage s'articule autour de temps de marche et d'exercices de prise de recul et de réflexion.

Parce que, dans nos vies, nous avons constamment à nous adapter à ce qui se passe, ce weekend sera une occasion de s'entraîner:

- L'endroit de la randonnée sera choisi dans les jours qui précèdent pour prendre en compte la météo.
- L'itinéraire précis sera adapté au fur et à mesure de l'avancement du groupe, avec le groupe
- Les thématiques de réflexion seront choisies en fonction de ce qui se vit dans le groupe

INTERVENANTS :



Olivier Guix : Après une première expérience professionnelle comme ingénieur aéronautique, j'ai eu l'opportunité de traverser l'Afrique en tandem avec ma future épouse. Au retour, l'appel de la montagne fut le plus fort. Aujourd'hui je suis accompagnateur en montagne, un métier que j'exerce avec passion.



Laure Gerard : Ingénieur de formation, j'ai géré pendant plusieurs années des projets internationaux pour différents clients. Aujourd'hui, j'accompagne les personnes et les entreprises dans la mise en œuvre de leurs aspirations. Mon écoute, ma bienveillance et ma créativité sont à votre disposition pour vous aider à révéler votre potentiel.

INFORMATIONS PRATIQUES ET INSCRIPTIONS :

- Dates : 28 et 29 août 2021
- Tarifs (repas du soir et petit dej compris) : 275€ TTC pour les particuliers, 275€ HT pour les professionnels
- Hébergement en bivouac ou en cabane
- Les piques niques du midi sont à prévoir

Contacts : Olivier Guix +33 6 80 04 54 35

Laure Gerard +33 6 87 76 51 79

Site: www.groupe-dtcf.com

