

TRACER MA VOIE

UNE RANDONNÉE ITINÉRANTE DE 5 JOURS DANS LES PYRÉNÉES POUR FAIRE LE TRI DANS MA VIE

POUR VOUS QUI :

- Aimez la marche en montagne (de 4 à 6h par jour)
- Avez envie de prendre un temps de recul sur votre quotidien
- Souhaitez vous recentrer sur ce qui est essentiel pour vous
- Voulez expérimenter de façon concrète et dans la bienveillance ce que signifie prendre une décision et avancer

LE PRINCIPE :

Tous les jours, nous prenons toute une série de décisions, à la maison comme au travail. Mais que choisissons-nous réellement ? Nous sentons-nous alignés avec nos décisions ? Nous permettent-elles d'aller vers ce que nous désirons vraiment ? Comment concilier tâches à faire avec envies et rêves ? Comment s'affranchir des regrets et des remords ?

Ce stage sera l'occasion pour vous de cheminer sur ces thèmes. Il s'articule autour de temps de marche, d'éclairages théoriques, d'exercices ludiques individuels ou collectifs, et de temps d'échanges entre les participant.e.s. Le tout dans un cadre montagnard apaisant et inspirant, et dans une ambiance bienveillante et conviviale.

INTERVENANTS :



Julien Pillot : Suite à de longues études scientifiques, je pose un premier choix : celui de devenir comédien professionnel. Après quinze années d'itinérances en montagne, j'en pose un second : je deviens accompagnateur en montagne et vous emmène maintenant par monts... et par mots !



Laure Gerard : Coach, chanteuse et cheffe de chœur, j'accompagne les personnes et les équipes 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 2023 : du 30 juillet à 12h30 au 4 août à 18h
- Hébergement : en refuge (douche chaude non garantie)
- Tarifs : particuliers : 650€TTC/entreprises : 650€ HT. L'hébergement est en sus, compter environ 60 euros par nuit en pension complète

Contacts : Laure Gerard +33 6 87 76 51 79
laure.gerard@groupe-dtcf.com

Julien Pillot +33 6 12 80 77 95
julien@julien-rando.com

Site internet : www.groupe-dtcf.com

