



# इतवद्दे पुण्ड्र

du 6 au 8 juin 2025

à l'école Buissonnière - Lignères Orgères (53)

Yoga, repas végétariens bios et locaux,  
promenades, voyage sonore...

Chant  
Mantras  
Hatha  
Yoga  
Pranayama  
Méditation



Voyages  
sonores  
Yoga  
sur  
chaise  
Balades

...

**Jeannot Margier et Yann Boudéhent**  
vous proposent une pratique intense et joyeuse  
dans un lieu magnifique à la cuisine savoureuse



<https://stagesetretraites.wixsite.com/ecolebuissonniere>

**Tarifs : 180 € repas compris (100 € à la résa)**  
**250 € (avec hébergement en chambre éco - lit de 90 cm)**  
**290 € (en chambre double - lit de 140 cm)**  
**Nombre de places limitées en hébergement!**

**Horaires : accueil le vendredi 6 à partir de 18h00,**  
**départ le dimanche 8 juin à 16h00.**

Infos - résas : 06-29-83-18-33 ou [enviebration@gmail.com](mailto:enviebration@gmail.com)

**Plus d'infos : [www.enviebration.com](http://www.enviebration.com)**