

MÉDITATION EN PLEINE NATURE

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Titre	Méditation en pleine nature
En bref	Initiation à la méditation en pleine nature, dans le cadre de la 14 ^e édition de la Fête de la Nature.
Descriptif de l'activité	<p>Se réveiller à l'aube pour venir découvrir la pratique de la méditation en nature. Avec Irène Collaud, enseignante de méditation en nature, partager une matinée pour s'ouvrir à la connexion, à l'émerveillement et à la joie, en plein air. Pendant la sortie, une attention particulière est portée sur l'écoute des sons, en résonance avec le cœur.</p> <p>La sortie est proposée en collaboration avec la Commune de Montreux, dans le cadre de la 14^e édition de la Fête de la Nature.</p>
Dates	Mercredi 21 mai 2025
Horaire	07h00 – 10h00
Lieux du rendez-vous	Sonloup, gare du funiculaire, accès en funiculaire depuis la gare des Avants
Lieux de l'activité	Sonloup, forêts alentours.
Programme indicatif	<p>7h00 : accueil des participants</p> <p>La sortie alterne des moments de méditation assis, d'autres en marchant, ainsi que des partages d'impressions.</p> <p>10h00 fin de l'activité</p>
Matériel à prendre avec soi	Banc/zafu de méditation (possibilité d'en emprunter en s'annonçant lors de l'inscription).
Sécurité	Le participant doit annoncer ses éventuels problèmes de santé et prendre avec lui ses médicaments.
Participants	Adultes, dès 16 ans
Nombres	Minimum 3 adultes – maximum 10 personnes
Autres informations	En cas de mauvais temps, la sortie est repoussée au vendredi 23 mai 2025, même organisation.

TRANSPORTS ET ACCÈS

Accès voiture et transports publics	Sonloup, accès en funiculaire depuis la gare des Avants. Parking à la gare des Avants.	
Horaires des transports publics	Aller	
	Les Avants – Sonloup	06h48 – 06h55
	Retour	
	Sonloup – Les Avants	10h03 – 10h10

Attention : les horaires sont donnés ici à titre indicatif et sont susceptibles de changer en cours d'année. Horaires à jour sur www.cff.ch

Covoiturage

Covoiturage possible, réservation obligatoire lors de l'inscription

Contact : inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch – 026 924 23 33

TARIFS

Tarif de base

Activité offerte dans le cadre de la Fête de la Nature

CONDITIONS ET TERMES DE L'ACTIVITÉ

Inscription

Inscription obligatoire : inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch

+41 (0)26 924 23 33

Dernier délai d'inscription : l'avant-veille à midi

Confirmation

La réservation est considérée comme définitive dès la réception de l'inscription. La réservation est confirmée par courriel ou par courrier.

Annulation

En cas d'inscriptions insuffisantes (nombre minimum de participants non atteint), de mauvaises conditions météorologiques ou pour une raison échappant à ses responsabilités, le Parc se réserve le droit d'annuler l'activité.

En cas d'annulation de l'activité par le Parc, les participants seront informés par téléphone ou par courriel dans les plus brefs délais.

Les conditions d'annulation par les participants sont intégrées aux Conditions générales de vente du Parc. Elles sont envoyées en même temps que la confirmation d'inscription et constituent une partie intégrante des termes et conditions de cette activité. Elles sont réputées connues et acceptées.

Les conditions générales de vente sont disponibles sur le site internet du Parc :

www.gruyerepaysdenhaut.ch/fr/conditions-generales-de-vente



Assurances

Tout participant doit être assuré pour les accidents non professionnels

