



21 mars

Journée internationale des forêts

shinrin yoku blasimon

Conseil Départemental de la Gironde
à BORDEAUX (33000)

Sociale

Type d'activités

Sorties et animations (Bains de forêt, sylvolthérapie)

Description du projet

Et si vous osiez le Shinrin Yoku ?

Vivez une séance de bain de forêt dans la tradition japonaise et bénéficiez de ses effets sur tous les plans de la santé.

Découverte sensible de la forêt, à travers une marche lente menée par une guide certifiée, ponctuée d'invitations variées, permettant de se reconnecter à la Nature par les sens, à sa propre Nature intérieure, ainsi qu'à l'ensemble du Vivant.

Une aventure intime et collective aux multiples bienfaits démontrés par la science.

Parcours: 2,5km

Durée: 2h30 à 3h

Accessible à partir de 12 ans // groupe de 5 à 10 participants

Infos pratiques



Lieu de rendez-vous

Blasimon
domaine départemental Volny Favory
33540 blasimon



Horaires

10h / 13h



Téléphone

05 56 82 71 79



Email

domaine-certès@gironde.fr



Site web

[www.domaine-certès.fr](#)

Réservation obligatoire
OUI

Tarif
GRATUIT