

## Journée à l'Etang de Chancelade (CHARENSAT)

Marcher, méditer, grimper... Laissez-vous porter par la Nature

Mardi 4 Octobre 2022  
9h00-17h00

Le cadre naturel et apaisant de l'Etang de Chancelade sera le décor de cette journée collective festive et dynamisante. Convivialité, plaisir, découvertes et parfois dépassement de soi seront au rendez-vous. Au menu, plusieurs ateliers vous permettront tour à tour de découvrir les richesses naturelles du coin, de se recentrer sur soi grâce à la marche méditative ou encore d'explorer la canopée en grim pant dans les arbres en douceur et toute sécurité. Accessible à tous/toutes, sans condition de niveau, venez vivre ces expériences et partagez ensemble ces moments de nature.

Lieu de rendez-vous : Etang de la Chancelade, devant le Restaurant « Le Chancelade », en bordure de l'Etang D13 à CHARENSAT.

### 3 ATELIERS POSSIBLES SUR LA JOURNEE (durée d'1h30 à 2h00 par atelier)

#### Atelier « Grimpe encadrée dans les Arbres »

Animé par l'association BILOBA (Muriel et Adrien)

Profitez d'un matériel spécifique pour vous élever dans un arbre, à la hauteur que vous souhaitez, afin de profiter du point de vue et prendre de la hauteur pour voir l'arbre et le paysage autrement. Accessible à tous, sans exigence de condition physique.

#### Atelier « Bien-être, marche méditative et revitalisante »

Animé par Didier

5 à 6 km, en rythmant ses pas sur sa respiration en étant à l'écoute de soi et de l'environnement naturel—dénivelé faible de 50m, parcours sans difficulté

#### Atelier « Randonnée nature, culture, patrimoine »

Animé par Kévin

Balade découverte au fil des berges de l'étang pour découvrir les particularités et les richesses de cet espace naturel remarquable des Combrailles. Distance de 5 km environ, très faible dénivelé parcours sans difficulté.

Pique-nique à prévoir par chaque participant

Participation gratuite, sur inscription auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.

