

DIGITAL DETOX

INFORMATIONS GÉNÉRALES

| | |
|--|---|
| Titre | Digital detox |
| Sous-titre | Une connexion à la nature |
| Descriptif de l'activité | Vivre une journée en connexion avec les énergies de la terre. En compagnie de Juliane Torrent, accompagnatrice en montagne et enseignante de yoga tibétain, s'immerger pleinement dans la nature, dans son silence. Une marche en conscience à expérimenter, loin des smartphones et autres tablettes, dans l'écrin magique du Gros Mont. A midi, partage d'un pique-nique canadien composé des coups de cœur culinaires de chacun. |
| Dates | Samedi 15 juillet 2018 |
| Horaire | 09h15 – 16h30 |
| Lieux du rendez-vous | Parking du Rapido Sky, Charmey |
| Lieux de l'activité | Vallée du Gros Mont |
| Programme indicatif | 09h15 Rendez-vous au parking du Rapido Sky à Charmey 09h30 Arrivée au parking Gros Mont et départ de la randonnée : marche consciente alternée avec des exercices de yoga tibétain 12h00 Pique-nique canadien <i>mon coup de cœur</i> 13h30 Marche consciente alternée avec des exercices de yoga tibétain 16h30 Retour au lieu de rendez-vous |
| Matériel à prendre avec soi | Vêtements adaptés à la météo, bonnes chaussures de marche, petite couverture, un plat coup de cœur à partager lors du pique-nique, une boisson. |
| Sécurité | Le participant doit annoncer ses éventuels problèmes de santé et prendre avec lui ses médicaments. |
| Participants catégories et âges | Dès 14 ans |
| Nombres (min. – max.) | Minimum 8 adultes - maximum 12 adultes |
| Niveau | Randonnée de montagne de 3h30 de marche effective, 7.2 km, 500m de dénivellation. |
| Autres informations | Chiens interdits |

TRANSPORTS ET ACCÈS

| | | |
|---|---|---------------|
| Accès voiture et transports publics | Accès en voiture au parking du Rapido Ski ou en bus TPF, arrêt Charmey télécabine | |
| Horaires des transports publics | Aller | |
| (le coût des transports publics n'est jamais inclus dans les tarifs de l'offre) | Bulle – Charmey | 08h48 – 09h11 |
| | Retour | |
| | Charmey – Bulle | 16h45 – 17h13 |

Covoiturage Covoiturage possible, réservations obligatoires, merci de s'annoncer
Contact : inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch 0848 110 888

TARIFS

Tarif de base Dès 14 ans 60.-

CONDITIONS ET TERMES DE L'ACTIVITÉ

Inscription Inscription obligatoire : inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch 0848 110 888
Dernier délai d'inscription : le 13 juillet à midi

Confirmation La réservation est considérée comme définitive dès la réception de l'inscription et du paiement total de la somme due. La réservation est confirmée par courriel ou par courrier.

Paiement Paiement sur facture avant la participation à l'activité. Aucun paiement sur place (bulletin de versement envoyé par le Parc). La réservation est considérée comme définitive à la réception du paiement par le Parc.

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, les participants seront informés par téléphone ou par courriel dans les plus brefs délais. Il est évident que les sommes avancées (y compris réservation d'un hôtel ou achat d'un pique-nique) seront remboursées ou pourront servir à l'achat d'une autre activité.
En cas d'annulation par un participant (par écrit ou par téléphone) sans motif de force majeure dans la dernière semaine, rien ne sera remboursé.

Assurances Tout participant doit être assuré pour les accidents non professionnels.