

Estivez-vous heureux

avec

KATABATIC

Nasbinals - AUBRAC

**STAGES TRÈS  
NATURE**

**16 - 23 JUILLET**

**13 - 20 AÔÛT**

**3 - 10 SEPT.**

**1 - 8 OCTOBRE**

**Yoga  
Méditation  
Botanique  
Rando  
Cuisine**



Yoga des Hautes Terres





**Hermance,  
professeur de  
yoga, Paul,  
éducateur sportif  
et François,  
écologue/libraire  
vous proposent  
une semaine dans  
le Massif central,  
au cœur du Parc  
Naturel Régional  
de l'Aubrac, pour  
une reconnexion  
avec la nature.**

Pendant cette parenthèse, vous serez hébergés dans le superbe gîte **Lo d'ici**, une ancienne grange au centre du village de Nasbinals. Vous partirez en **randonnée aux meilleures heures** pour découvrir les écosystèmes de ce plateau volcanique, tout en s'interrogeant sur **la place de l'Homme dans le vivant**. Vous arpenterez les sentiers à **la redécouverte de votre corps et pratiquerez le yoga en pleine nature**.



**REJOIGNEZ-NOUS POUR UN  
STAGE TRES NATURE**

**[www.katabatic.fr](http://www.katabatic.fr)**

06.89.78.04.57