



# WORKSHOP YOGA-SKI DE FOND

**SAMEDI 17 janvier 2026**



*Une journée remplie de bonne humeur*

**10H00-11H30 : YOGA DYNAMIQUE (CHÂTEAU D'OEX)**

**12H00-13H00 : REPAS EN COMMUN**

**13H00-13H45 : DEPART VERS La Lécherette (en voiture privée)  
ET PRISE DU MATERIEL DE SKI**

**14H00-16H00 : SKI DE FOND (*style skating*)**

Cours d'initiation, amélioration de sa technique et découverte des pistes.  
Adapté à tout niveau.

**16H00-16H30 : THE CHAUD ET PETIT DEBRIEFING DE LA JOURNEE**



## PRIX

**100 CHF (140 CHF avec matériel)**

COMPRIS DANS LE PRIX :

cours de yoga (tapis à dispo)

repas de midi + boisson (eau)

matériel de ski de fond si besoin

abonnement pistes de ski de fond

cours de ski de fond

thé et goûter

## RENDEZ-VOUS

**LE COIN SPORT – SANTE**

**Grand Rue 53, Château d'Oex**

## INSCRIPTIONS

Perrine Buchs 079 503 38 44

Vanessa Wyss 076 434 80 50