

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