




## Retraite Equi Yoga au Nouveau Mexique

Échappez à l'agitation quotidienne et embarquez pour une retraite rajeunissante aux États-Unis qui **combine le yoga et la tranquillité de la randonnée équestre**. Dans un beau ranch de charme du Nouveau-Mexique, un état méconnu mais à la culture riche et aux paysages incroyables, découvrez EquiYoga, une approche unique de l'équitation qui emprunte des asanas et des techniques de respiration au yoga et les traduit en selle. Un **voyage équestre en ranch aux USA** immersif et intimiste à la rencontre de l'équitation américaine...et de soi !

 **8 jours (2 jours de randonnée à cheval/ 2 jours et demi d'équiyoga)**

 **À partir de 3 190 €**



Dans la forêt - USA



### ITINÉRAIRE

### Les points forts

- | Un ranch de charme et l'accueil chaleureux de Mel et Justyn, deux cowgirls au grand cœur!
  - | Une cavalerie de chevaux attachants, tous provenant d'un refuge animalier d'où ils ont été sauvés
  - | Le travail des chevaux avec une méthode éthologique douce
  - | La possibilité de combiner votre séjour équestre avec des cours de yoga
- La retraite EquiYoga est conçue pour améliorer la conscience de soi et la clarté mentale grâce au yoga asana et au pranyama
- Apprendre à se servir du yoga pour travailler le postural à cheval
- En séjournant au ranch, vous soutenez le programme de réhabilitation des chevaux créé par Mel et Justyn : EERC, une partie du prix de votre séjour étant reversé à l'organisation à but non lucratif

### DATES & PRIX

Nos dates et prix seront à jour prochainement. Si vous avez envie de partir sur ce voyage, n'hésitez pas à nous contacter.