



# Pleine Nature du Haut Allier

## Samedi et Dimanche 28 et 29 Septembre 2019 à Rocles (07)

La marche est une forme de méditation ou l'on essaie de concilier la régularité du pas, du souffle et de la pensée.

Emmanuel Carrère

### Hébergement

Au gîte Le Jal

### Restauration

Prévoir les repas du samedi et dimanche midi

### Tarif du Week-end

56 euros par personne à l'ordre de Pleine Nature Haut Allier

### Réponse impérative

10 Septembre 2019

### Samedi 28 Septembre

Rendez-vous à 10h00 à La croix de ROCLES.  
Langeac et Brioude voir avec Patrick.  
Le Puy voir avec Françoise.

Randonnée la Tour du Brison.

### Dimanche 29 Septembre

- 8h30 petit déjeuner
- 9h départ pour la rando autour de Rocles : col du merle

Retour à partir de 16h30

### Contact

Patrick Darbousset  
06 80 72 83 85  
Marie - France Hermet  
06 07 87 88 50



[www.facebook.com/pleinenature.hautallier](http://www.facebook.com/pleinenature.hautallier)  
[www.pleinenaturehautreallier](http://www.pleinenaturehautreallier)