

RECONNEXION À SOI ET À LA NATURE

WEEK-END ÉVEIL À LOUVIE

Depuis Fionnay, c'est au rythme des pas et au son de la respiration que débute l'ascension vers le plateau de Louvie. Louvie, son lac, sa cabane et son panorama où siège majestueusement le grand Combin. Une fois les chaussures délacées, on se laisse porter par la douceur des lieux et des bons soins de Claudia la gardienne de la cabane avant de terminer la journée avec une séance de yoga au soleil couchant en compagnie d'Amélie. Le lendemain, la journée débute par une ouverture des chakras aux premières lueurs du jour pointant au sommet du Grand Combin. S'en suivent quelques heures de marche parmi les bouquetins pour rejoindre la cabane Mont-Fort où Daniel gardien du refuge depuis 40 ans, attend les pèlerins du jour pour le déjeuner.

Jour 1 : 2h de marche + Yoga
Jour 2 : Yoga + 4h30 de marche

Dates : Les 12-13 juillet, 26-27 juillet et 28-29 juillet

Tarif : CHF 190.- pour les 2 jours tout inclus (Maximum 8 personnes)

www.louvie.ch



SÉJOUR VITALITÉ AU CHALET D'ADRIEN

Rendez-vous à la montagne pour une cure « Vitalité » de 2 jours (1 nuit) faite de relaxation, de confort 5 étoiles au Chalet d'Adrien et de ressourcement lors d'une agréable randonnée en pleine nature. À la nuit dans une chambre avec balcon et vue sur les sommets s'ajoutent un massage de 50 minutes Détente Rêve de Miel Nuxe pour 2, l'accès au spa Nuxe, une randonnée douce et le Dîner « légèreté gourmande » élaboré par le Chef Sebastiano Lombardi.

Tarif pour deux personnes : CHF 720.- en chambre double

www.chalet-adrien.ch



LE COIN DES AMBASSADEURS : E-BIKE ET YOGA AVEC EMILIEN BADOUX

Snowboarder professionnel, champion du monde de freeride et professeur de yoga, Emilien Badoux a concocté l'activité idéale pour combiner découverte de la région et retour aux sources. Au départ de la Place Blanche de Verbier, on prend la direction de la belle route du Soleil qui mène jusqu'au joli village de Sarreyer, niché sur un coteau ensoleillé du Haut Val de Bagnes. Assisté de batterie, on bifurque pour grimper sur la route des Mayens de Sarreyer. L'arrivée à La Chaux confirme que les efforts consentis à la montée en valaient la chandelle. Le panorama est à couper le souffle ! C'est dans ce cadre idéal que commence la séance de yoga, guidée par Emilien. Ensuite, on se remet en selle pour rejoindre les méandres de La Chaux, où on enchaîne avec une petite session de méditation. Relaxé, reposé, c'est avec plaisir qu'on prend une pause pique-nique pour le partager avec les autres participants. Revigoré par cet instant convivial, c'est le moment de reprendre la route jusqu'à Verbier, où se termine l'aventure.

Dates : Tous les jeudis du 24 juin au 26 août, de 13h à 18h

Activité **gratuite** pour les détenteurs du VIP Pass
Tarif unique : CHF 60.-



SALUTATION AU SOLEIL À 3'330 M !

Après un réveil aux aurores pour atteindre le sommet du Mont-Fort à 3'300m, place à la contemplation. Le ciel se colore de couleurs flamboyantes jusqu'aux premiers rayons, les silhouettes des montagnes environnantes se dessinent tranquillement : le Cervin, le massif des Combins, le Mont-Blanc s'éclaircit peu à peu... Un moment magique proposé tous les samedis et quelques jeudis de l'été. Et pour apprécier pleinement ce spectacle, il est possible de suivre en même temps un cours de yoga, en altitude et en extérieur ! Le petit déjeuner compris dans le package est servi à l'Igloo des Gentianes. Le forfait est ensuite valable pour toutes les installations durant le reste de la journée.

Dates : Tous les samedis du 10 juillet au 21 août et les jeudis 22 juillet, 5 et 12 août, de 4h30 à 8h

Tarifs : Lever de soleil (accès téléphérique toute la journée) + déjeuner continental + yoga : Adulte : CHF 89.-
Jeune & senior : CHF 79.- / Enfant : CHF 59.-



RELAXATION AUX DERNIÈRES LUEURS DU JOUR

Chaque lundi de 19h à 20h, l'Office de Tourisme Verbier - Val de Bagnes convie les visiteurs à une séance de relaxation en plein air. Installés sur des tapis au cœur du village de Verbier, après quelques exercices d'étirements et de respiration, les participants de tout niveau seront guidés vers une profonde détente du corps et de l'esprit. Une jolie manière de conclure la journée et de bien démarrer la semaine !

Dates : tous les lundis du 28 juin au 13 septembre, de 19h à 20h

Activité **gratuite** pour les détenteurs du VIP Pass
Tarif unique : Adulte (dès 16 ans) CHF 20.-

LES ÉNERGIES DE LA NATURE

Une journée pour se connecter avec les énergies de la nature, dans la région du Col du Lein, sur les hauteurs du Levron. Pour nos ancêtres, les arbres étaient doués de pouvoirs bienfaisants, les esprits de la forêt y demeuraient. Ils favorisaient les récoltes, la fécondité des femmes, ils donnaient la pluie, le soleil et étaient en relation avec les divinités. Les pierres à cupules du col du Lein restent un mystère mais l'énergie qu'elles dégagent est bien réelle... Au programme : méditations, exercices, cheminement intérieur, travail sur son ressenti, partage, recherche des énergies, relaxation, rires et bonne humeur.

Dates : Les dimanches 11 juillet, 8 et 15 août, de 9h à 16h
Annulé en cas de mauvais temps

Animation accessible dès 16 ans



RANDONNÉE THÉMATIQUE « BELLA BOTANICA »

Tous les mardis, rendez-vous est pris du côté de Bruson pour découvrir les grands secrets des petites plantes lors d'une rando botanique. Certaines ont des goûts inhabituels, d'autres ont des vertus guérisantes, quelques-unes sont rares et toutes méritent qu'on les admire et les protège. La randonnée dure environ 2h30, niveau de difficulté : facile. Dès 5 ans.

Dates : Tous les mardis du 20 juillet au 10 août, de 9h à 12h30

Activité **gratuite** pour les détenteurs du VIP Pass
Tarif unique : CHF 25.-

ATELIER COSMÉTIQUE 100% NATUREL

Valérie Henriot connaît les plantes de ses montagnes par cœur. Passionnée et passionnante, le temps d'un après-midi, elle partage ses connaissances lors d'un atelier cosmétique. Les herboristes du jour déambulent ainsi aux environs de la Maison de la Forêt de La Tzoumaz pour cueillir les précieuses fleurs qui leur permettront de confectionner un baume pour lutter contre les coups de froid, des sticks à lèvres ou un déodorant faits maison et 100% naturels !

Min. 5 personnes Max. 10 personnes

Tarifs : Adulte : CHF 50.- / Enfant (6-15 ans) : CHF 25.-
Gratuit pour les moins de 6 ans

- 50% pour les détenteurs du VIP Pass :
Adulte : CHF 25.- / Enfant : CHF 12.-

