



“Les Temps du Refuge”

AGENDA

2e semestre 2026

15 **13** **10** **08**
Sept Oct Nov Dec

Les Mardis du Refuge

*MASSAGE SÉRÉNITÉ
À PRIX DOUX*

Durée : 1H10

Tarif : 75 65€ / personne

Sur réservation : avec Marion - Refuge Sonore

24 **15** **12** **10**
Sept Oct Nov Dec

18h30-20h30

Les Jeudis Soirs du Refuge

*1H YOGA DU SON +
CHANT & DANSE DE PAIX*

Tarif : 25€ / personne

avec Marion - Refuge Sonore

18 **06** **22**
Sept Nov Jan

19h-22h

Les Vendredi Soirs du Refuge

*SOIRÉE DANSE DE
LA PRESENCE*

Tarif : 40€ / personne

avec Virginie Trounday ☎ +33.6.77.12.85.54

Dès Septembre
18h-19h

Les Lundis Soirs du Refuge

*SÉANCE DE WUTAO &
CHANT DU SOUFFLE*

Tarif : 1H: 18€ / personne

CARTE DE 12 SÉANCES : 180€

avec Christelle Mitermique ☎ +33.6.81.30.86.25

27
Sept 9h-13h

Matinée Sensorielle : Le Temps des Récoltes

Yin Yoga & Voyage Sonore

Tarif : 50€ / personne

avec Stéphanie - Les Gratiae et Marion - Refuge Sonore

17
Oct 9h-12h

Lumière d'Automne
*Atelier & Relaxation
Bougie & Sonore*

*Habiter l'automne, entre la flamme que vous façonnerez
et les vibrations du Métal des bols, clochettes et gong.*

Repartez avec votre bougie !

Tarif : 50€ / personne

avec Élodie - La Crème de la Crème et Marion - Refuge Sonore

8
Nov 9h-17h

Journée Sensorielle

*Atelier Poterie & Voyage Sonore
Brunch & Bain de forêt
Sensoriel*

Tarif : 95€ / personne

avec Au Tour d'Aline - Lézard des Bois - Au Refuge Sonore

13
Dec 9h-13h

Cocon Vibratoire d'Hiver

*Yoga & Yin & Spa
du Son & Yoga*

Tarif :

70€ / personne (avec Spa)

50€ / personne (sans Spa)

avec Stéphanie de Les Gratiae et Marion - Refuge Sonore

20
Dec 9h-13h

Souffle du Solstice d'Hiver

*RESPIRATION & YOGA DU SON
+ BREATHWORK &
VOYAGE SONORE*

Tarif :

60€ / personne

avec Élisabeth - Les Racines de l'Hêtre
et Marion - Refuge Sonore



Activités dans
la Grande Yourte !

NOUS CONTACTER

Téléphone : +33 (0)6 70 37 82 06

Mail : accueil@refugeinsoliteenbugey.fr

Adresse : 200 Route de Mazières - Cormaranche-en-Bugey,
01110 PLATEAU D'HAUTEVILLE

Pour en savoir plus : www.refugeinsoliteenbugey.fr

SUR INSCRIPTION