

PARC DU CHÂTEAU DE DINO | Les animations estivales 2026 - Séance de yoga et atelier d'écriture créative

Vendredi 31 juillet 2026 de 10h à 12h30



Par Catherine Larée

Venez souffler un peu au cœur de la nature avec cette séance de yoga en plein air, suivie d'un atelier d'écriture créative basé sur les ressentis du corps et l'environnement du parc.

À travers des postures douces et une attention portée à la respiration, prenez le temps de vous recentrer avant de laisser les mots émerger, guidés par vos sensations et les paysages qui vous entourent. Un moment à la fois apaisant et créatif, pour se reconnecter à soi et à la nature.

Adresse

Théâtre de verdure - Parc du Château de Dino
Entrée par la porte située rue Saint-Denis
95160
Montmorency

Infos pratiques

- de 10h à 12h30
- Débutants acceptés
- **Merci d'apporter un tapis ou une serviette pour la séance.**
- Sur réservation

- Théâtre de verdure de Dino, accessible par la porte située rue de Saint-Denis.
- Accès gratuit à l'ensemble des événements.

Contact

- **Sur réservation. Dans la limite des places disponibles.**
- Renseignements et inscriptions à culturel@ville-montmorency.fr ou au 01 39 34 98 03.