

# *Journée de relaxation active Martenot*

*"Goûter les bienfaits de la nature et se reconnecter à soi-même"*

**Samedi 25 juin 2022 de 10h à 17h30**  
à l'Arboretum de Châtenay-Malabry



© Photos : W. Labre, P.Perez, DeGueck, J.P. Dalbéra

## *La journée sera animée par :*

Françoise Cherfils - Tél : 06 17 45 88 70 - francoise@relaxation-active.asso.fr

Marie-Annick Thomas - Tél : 06 10 25 41 99 - marie-annick@relaxation-active.asso.fr

Marie-Laetitia d'Hérouville - Tél : 06 14 32 47 00 - mldh26@gmail.com

**Vous pouvez les contacter pour tout renseignement complémentaire.**

## *Horaires*

**Au cœur de la Vallée-aux-Loups, non loin de de la Maison de Chateaubriand, dans le parc de l'arboretum aux arbres remarquables ...**

- **RDV à 10h précises** à l'entrée de l'île verte : 34 rue Eugène Sinet, à 5min à pied de l'arrêt de bus Marc Sangnier.
- Déjeuner en extérieur au salon de thé de la Maison de Chateaubriand "Les Thés Brillants" de 12h30 à 14h.
- Fin de la journée à 17h30.

## *Accès*

- En voiture/vélo : 34, rue Eugène Sinet – à l'entrée de l'île verte – 92290 Châtenay-Malabry  
Parking voiture : arboretum de la Vallée-aux-loups, avenue Jean Jaurès (8 min à pied de l'entrée de l'île verte)
- En transport en commun : RER B Direction Robinson, descendre Robinson terminus (durée 20 mn depuis Denfert-Rochereau) ; puis bus 194 (direction Châtenay-Malabry) ou 294 (direction Igny) ; dans les 2 cas, descendre à l'arrêt Marc Sangnier (2<sup>e</sup> arrêt après la montée).



# Bulletin d'inscription

à la journée relaxation active Martenot du 25 juin 2022

Prénom \_\_\_\_\_

NOM \_\_\_\_\_

Adresse postale \_\_\_\_\_

Mail \_\_\_\_\_

Téléphone portable \_\_\_\_\_

Arrivée en :  transport en commun  voiture  autre

Pour le déjeuner, je souhaite un plat végétarien :  oui  non

**Date et signature**

Coupon-réponse + chèque(s) à envoyer **avant le 2 juin 2022** à l'adresse suivante :  
Association Relaxation active, chez Marie-Annick Thomas - 8, bd Jourdan, 75014 Paris



## Prix de la journée

50 € payable à l'inscription  
+ 8 € d'adhésion à l'association (couvrant l'assurance) **pour les non-adhérents**  
par chèque à l'ordre de Association Relaxation Active.  
**Le déjeuner est offert** par l'association (plat, dessert, thé du jour).

## Conditions d'annulation

50 % du montant de l'inscription sera conservé en cas d'annulation après le 10 juin 2022.

## Informations pratiques

- Inscription jusqu'au 2 juin 2022 pour des questions d'organisation logistique.
- Présence à la totalité de la journée demandée.
- Équipements recommandés : des baskets aux pieds, une grande serviette /paréo et une "petite laine" pour la relaxation au sol.

