

Newsletter #11 – décembre 2022 – Immersion Montagne

Inscrivez-vous à la newsletter

Haut-omne en couleurs

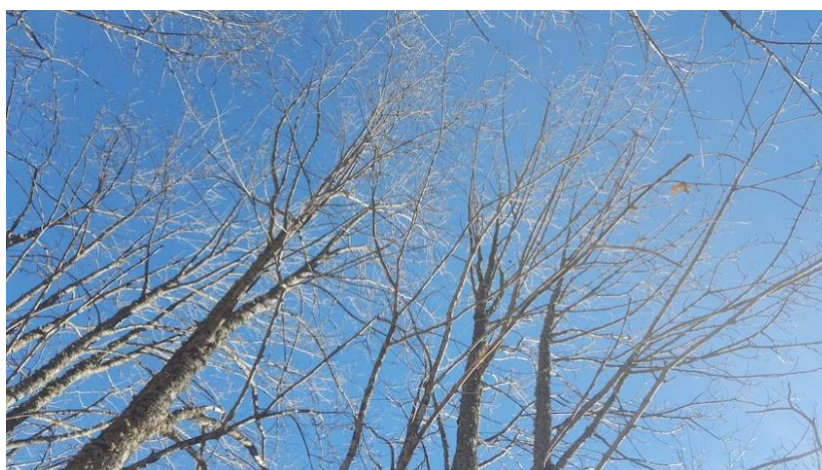
Bifurcations. Par leurs ramifications, ces arbres nus m'inspirent tous nos choix, petits ou grands, qui constituent notre cheminement, vers un « bout » jamais atteint ni prédéterminé. A chaque bifurcation, tous les choix sont ouverts a priori. Certains nous mènent haut vers le ciel, d'autres dans l'ombre, protégé.e des intempéries. Certains sont brefs, d'autres interminables. Certains nous mènent vers la lumière et parfois la solitude, d'autres à presque toucher les congénères qui nous entourent. Difficile de prévoir le chemin précis du rameau en devenir, les conséquences exactes de nos choix. Mais une chose est sûre, arrivé.e à l'embranchement suivant, la perspective est différente. Parfois même jusqu'à perdre de vue le tronc, notre unité, notre essence ? C'est presque ce qui semble le plus dur, s'appuyer sur l'existence du tronc et le renforcer par les rameaux que nous créons, en conserver la conscience à chaque choix, chaque décision.

J'aime ces arbres dénudés en ce qu'ils symbolisent nos vies : ancrés dans des racines multiples, nourris par un tronc unique et solide, et bifurquant à chaque instant vers de nouveaux horizons.

Immersion Montagne vous invite cet hiver à venir vous allonger dans la neige, pour contempler un arbre dépouillé de ses feuilles mais déjà plein des bourgeons du printemps à venir. Votre arbre qui sait !

Irene Alvarez

www.immersionmontagne.com



Quelques places encore pour cet hiver

Trois propositions à dates fixes très différentes, et la possibilité d'une formule à la carte pour les groupes constitués. Toujours hors sentier, à la recherche d'une connexion particulière au vivant. A chaque séjour, des intentions d'effort et d'immersion différentes.

Week-end d'exploration en raquettes

21 et 22 janvier - Glières (74) - 185 €



Ce week-end est une initiation à un certain regard sur la nature hivernale avec une (re)découverte des raquettes et de la chaleur d'un refuge le soir venu. Marcher environ quatre heures par jour, observer, contempler et partager, voilà le programme de ces deux jours hors du temps à proximité d'Annecy, sur le fameux Plateau des Glières. Ouvert à tous et toutes pour une première exploration ou une parenthèse le temps d'un week-end.

4 places restantes

Intention nature : Exploration
Effort physique : Modéré

[En savoir plus](#)

Stage Energie et ressourcement

19 au 23 février - Névache (05) - 625 €



Un chalet isolé mais tout confort dans la Clarée pour un stage axé sur le mouvement et le lien au vivant qu'il soit autour de nous, en nous ou entre nous. Cinq jours pour prendre soin de son corps, de son énergie et de son esprit à travers des marches en raquettes faciles, des travaux sensoriels avec les éléments et l'observation de la subtilité du vivant en hiver. L'objectif est tout simplement de respirer et d'ouvrir ou entretenir nos espaces intérieurs.

2 places restantes

Intention nature : Energie du Vivant
Effort physique : Facile à Modéré

[En savoir plus](#)

(S')offrir une rando à la carte

Dates libres - Lieu à définir selon vos envies



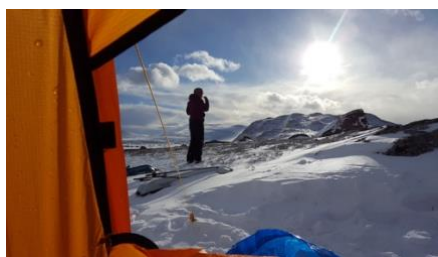
En famille, entre amis, en refuge, dans un gîte ou en bivouac, pour une journée ou une semaine, nous pouvons concocter des aventures sur mesure qui correspondent exactement à vos aspirations et à vos disponibilités. Comptez 220€ par jour d'accompagnement pour l'ensemble du groupe (de 2 à 12 personnes). Une idée de cadeau de dernière minute pour Noël ?

Intention nature : à vous de choisir
Effort physique : à vous de choisir

[En savoir plus](#)

Résidence immersive hivernale

17 au 19 mars - Vercors (26) - 590 €



Un temps d'inspiration pour celles et ceux qui portent une vision au quotidien dans leur activité professionnelle et qui souhaitent l'enrichir, l'appuyer sur un contact aux éléments. Interactions avec la nature et les autres participants, mouvement du corps et de l'esprit, et enfin rusticité, voici le pas de côté qui vous serez amené.e à expérimenter. Contactez-moi pour en savoir plus !

Intention nature : Energie du Vivant
Effort physique : Modéré

[Me contacter](#)

Partagez *Immersion Montagne* !

Immersion Montagne est une initiative encore jeune et en évolution constante. Vous pouvez l'aider à grandir jour après jour ! Parlez-en autour de vous, partagez cette newsletter pour la faire connaître, retrouvez-nous sur Facebook, Instagram et LinkedIn mais surtout EN MONTAGNE !

Inscrivez-vous à la newsletter

Copyright © 2023 Immersion Montagne, Tous droits réservés