

Monthey

Avenue du Simplon 24b

Sion

Rue de Lausanne 69

024 471 40 18
animation@avep-vs.ch
www.avep-vs.ch



*Merci de prévoir CHF 5.-
pour les déplacements en
minibus lors des sorties
ainsi qu'un pique-nique*



*Inscription souhaitée
pour toutes les activités,
pas nécessaire pour le
café-rencontre (sauf si
1ère visite)*

Juillet 2026

Lundi 06.07.2026	Monthey	09:00	Marche : itinéraire des bords de la Dranse – Châtel/Abondance (France) Départ Manor Monthey 9h00. Prendre des euros
Mardi 07.07.2026	Monthey	14:00 – 16:00	Initiation à la méditation et au yoga Accueil à 14h au Centre Métamorphose, Pl. Hôtel-de-Ville 1A. Prendre un linge. Part. CHF 7.-
Mercredi 08.07.2026	Sion	13:30 – 16:30	Balade aux Iles à Sion Possibilité de partir à pied depuis l'Avep (10 km aller-retour ou retour en bus = prévoir CHF 2,80.-)
Jeudi 09.07.2026	Sion	09:00 – 12:00	Café-rencontre / permanence d'accueil
	Sion	14:00 – 17:00	Sortie à la piscine de la Blancherie Part. CHF 4.-
Vendredi 10.07.2026	-	Journée entière	Séjour yoga et détente à Vercorin Du vendredi 10 juillet au dimanche 12 juillet
	Monthey	Journée entière	En raison du séjour, l'Avep est exceptionnellement fermée