

# Activités encadrées

## du Pays du Haut-Doubs



1er au 31 mars 2025



**Montagnes du Jura**  
TOUT UN MONDE DEHORS

AIN  
DOUBS  
JURA

RÉGION  
BOURGOGNE  
FRANÇHE  
COMTÉ

# ACTIVITÉS ENCADRÉES

Laissez-vous guider et découvrez nos secrets ...

## Rando raquettes famille : la forêt dans tous ses états



le 31/03/2025

€ : 20 €

Rés : -  
[www.ecoledeskimetabief.com](http://www.ecoledeskimetabief.com)

La forêt donne une verticalité au paysage. Allons découvrir la transparence des feuillus et le sombre des résineux ainsi que tout l'invisible !

25370 METABIEF | 11 rue de l'église

## Initiation Hatha Yoga et Méditation

TEMPS AVEC TOI  
INITIATION HATHA YOGA & MEDITATION,

le lundi 9 septembre 2024 à 19H15  
les jeudis jusqu'au 21 avril 25

à la Tisanerie à Pontarlier 25300, 2 Rue Notre Dame



Proposé par Céline Dagnon

du 31/03/2025 au 21/04/2025

€ :

Rés : - 06 32 35 82 05

Exercices respiratoires, postures tout niveau et tout âge, méditation guidée. Atelier, soit 1h de méditation ou yoga, ou 2 h confondues, soit yoga et méditation. Forfait 3 mois ou forfait 6 mois. Inscription limitée à 8 personnes. Priorité aux participants qui s'inscrivent aux 2 ateliers.

25300 PONTARLIER | La Tisanerie



# Haut-DOUBS

Montagnes du Jura



## OFFICE DE TOURISME

6 place Xavier Authier, 25370 METABIEF  
contact@destination-hautdoub.com

[WWW.DESTINATION-HAUT-DOUBS.COM](http://WWW.DESTINATION-HAUT-DOUBS.COM)



### MONTBENOÎT

📞 03 81 38 10 32

### PONTARLIER

📞 03 81 46 48 33

### MÉTABIEF

📞 03 81 49 13 81

### LES FOURGS

📞 03 81 69 44 91

### MALBUISSON

📞 03 81 69 31 21

### MOUTHE

📞 03 81 69 22 78

Horaires d'ouverture des bureaux  
consultables sur notre site internet.

SÉJOURS EN GROUPE

Notre service commercial dédié aux groupes vous propose des produits sur mesure et adaptés.  
Devis, renseignements et réservations : 03 81 49 29 93 | [sejour@destination-hautdoub.com](mailto:sejour@destination-hautdoub.com)