

LE SUD MORVAN, C'EST LE PIED !

D'avril à juin, et de septembre à octobre



QUEL PIED !

C'est une véritable exploration sensorielle qui permet aux plus jeunes comme aux plus vieux de réapprendre à se servir de ses pieds. Réapprendre à grimper, réapprendre l'équilibre au Divertiparc de Flavien ! Ou comment reprendre contact avec son corps tout en reprenant contact avec son environnement.

SE DÉCOUVRIR C'EST LE PIED !

partage d'expérience par Thomas

Car oui, ce fut une découverte, ou plutôt une re-découverte. Adapté à tous, des pieds tendres aux pieds cornés, ces deux jours libérés des chaussures, des claquettes, des chaussettes et autres prisons pour petons ont été bénéfiques pour toute la famille au point de réitérer l'expérience à la maison.

Et cela devient de plus en plus évident au fil des rencontres à la ferme de Julien et des balades en forêt avec Olivier dit « L'escargot voyageur » ! Les chatouilles entre les orteils, les picotements sous la plante du pied... Avoir libéré les points les plus éloignés de nos corps nous rappelle qu'ils n'aiment pas être enfermés.

Pour certains, un temps d'adaptation s'impose. Tellement habitués à dorloter nos pieds (c'est du moins ce que nous pensions) dans le confort des chaussettes et la douceur des chaussons, les « aïe », les « ouch » et autres onomatopées de douleurs peuvent faire partie du vocabulaire du marcheur pied nus novice. Heureusement, si devenir un expert prend du temps, dépasser le stade du novice s'opère graduellement et en quelques pas.

Et avant de reprendre la marche...

...pieds nus bien sûr !

Une marche « à tire d'ailes » ? Peut-être ! Accompagnés d'oiseaux majestueux, ce deuxième jour de marche pieds nus nous rapproche un peu plus du monde sauvage, grâce à Maud et Julien, et leurs acolytes qui accompagnent la promenade de leur vol gracieux. Le tout dans un univers archéologique et naturel, le Grand Site de Bibracte. Un voyage dans l'espace et le temps, sur les traces de nos ancêtres, présenté par un guide passionné, tout en continuant de profiter d'une réflexologie naturelle.



Une première journée s'achevant, pour certains, par l'impression d'une séance de sport intensive mais... pour les pieds ! Comme s'il n'y avait pas que les sensations qui refont surface, mais également le pourquoi d'être né avec des pieds ! Une « bonne fatigue » comme disent les sportifs, et une bonne nuit. Après avoir profité d'un massage jambes et pieds de Olivia.



Au final, cette expérience de redécouverte de soi et de reconnexion aux énergies de la Terre, nous aura permis de prendre conscience de l'utilité de notre corps, dans le milieu dans lequel il vit, l'esprit aéré et les doigts de pieds en éventail !



Infos et réservation :
Bibracte – Pascale Plaza
p.plaza@bibracte.fr
06.75.65.23.86.