

ENTRE CIEL, MER & TERRE

*Une parenthèse entre
nature, yoga & partage*

DIMANCHE
27 SEPTEMBRE 2026

CAP GARONNE - LE PRADET

*Cap Garonne
Le Pradet*

15
PLACES
SEULEMENT

35€
TOUT COMPRIS



ÉCOMARCHE

Sur le sentier
Jean-François Jubé
~ 1,5 km



YOGA

Séance face à la rade
de Toulon



REPAS CHAMPÊTRE

Buffet végétarien
fait maison



MINE EN OPTION

Visite guidée à 14h
accompagnée par Déborah
(+ 9 € / personne)



CONVIVIALITÉ
& BIENVEILLANCE



NATURE
PRÉSERVÉE



VUES
EXCEPTIONNELLES



UNE EXPÉRIENCE
QUI FAIT DU BIEN

Cliquez ici →



RÉSERVER MA PLACE
sur Debomoments.com



Respirer - Explorer - Partager - Se reconnecter

Vivez l'expérience ! ♥



*Cinq temps
pour se ressourcer,
entre terre et mer...*

UNE JOURNÉE
POUR SOI
ET POUR LA NATURE

Sentier
de découverte
Jean-François Jubé

UNE JOURNÉE *en cinq chapitres*

Un rythme naturel et harmonieux



10h30

Accueil

Thé d'accueil et présentation de la journée.



10h45

Écomarché

Sur le sentier Jean-François Jubé (1,5 km environ).
Une balade accessible à tous, ponctuée de points d'intérêt naturels, pour apprendre, observer et s'émerveiller.



11h45

Séance de yoga

Un moment de bien-être face à la rade, entre ciel et mer.
Respiration, mouvement et pleine présence.



12h45

Repas champêtre

Un repas convivial, sain et savoureux, à partager en toute simplicité.



14h00

Visite optionnelle

Du Musée de la Mine (9 € en supplément), à régler directement sur place.

« Prendre le temps de l'essentiel... »



Entre Ciel, Mer & Terre

UNE PARENTHÈSE NATURE, YOGA & PARTAGE



Debomoments



L'ÉCOMARCHE

Explorer, observer, préserver

UN SENTIER ENTRE MER ET NATURE

Une balade accessible à tous, pour se reconnecter à l'essentiel

“ Admiration la nature, c'est déjà la protéger. ”



Le sentier Jean-François Jubé Cap Garonne – Le Pradet

Un parcours d'environ 1,5 km, entre forêt méditerranéenne, points de vue exceptionnels et patrimoine naturel remarquable.



1,5 km environ

Accessible à tous, sans difficulté majeure.



Des pauses découvertes

Observation de la faune et de la flore, lecture du paysage, échanges.



Un patrimoine naturel

Mare temporaire, grotte des oreillards gris, points de vue sur la Presqu'île de Giens et les îles d'Hyères.



Un geste pour la nature

Ramassage de quelques déchets sur le chemin, pour laisser ce lieu encore plus beau.



Des panoramas à couper le souffle



Une biodiversité préservée



La grotte des oreillards gris

Entre Ciel, Mer & Terre

UNE PARENTHÈSE NATURE, YOGA & PARTAGE



LA SÉANCE DE YOGA

Respirer, se recentrer, se ressourcer

FACE À UNE NATURE D'EXCEPTION

*Un temps
pour soi,
au cœur
du vivant...*



Un moment de bien-être en pleine nature

La séance de yoga se déroule dans un cadre exceptionnel, face à la rade de Toulon et aux îles d'Hyères. Un moment privilégié pour se reconnecter à soi, à la nature et à l'instant présent.



Respiration

Apaiser le mental et calmer le système nerveux.



Mouvement

Des postures douces et accessibles à tous, pour délier le corps et retrouver de l'énergie.



Présence

Se recentrer, lâcher prise et savourer l'instant présent.



Harmonie

Une connexion profonde avec la nature, entre ciel et mer.

“

*Le yoga est un voyage
qui nous ramène toujours
à l'essentiel. »*



Un cadre inspirant



Face à la rade de Toulon



Respiration et sérénité

Entre Ciel, Mer & Terre

UNE PARENTHÈSE NATURE, YOGA & PARTAGE

LE REPAS CHAMPÊTRE

Simple, sain et savoureux

UN MOMENT CONVIVIAL AU CŒUR DE LA NATURE

*Des saveurs
simples pour
de grands
moments...*



Un repas convivial et responsable

Après l'écomarché et la séance de yoga, nous partageons un repas champêtre préparé avec soin, à base de produits frais et de saison.



Des produits frais et locaux

Des recettes simples, équilibrées et de saison.



Une cuisine faite maison

Préparée avec amour, pour le plaisir de tous.



Un moment de partage

Un buffet champêtre pour échanger et profiter ensemble.



Une démarche responsable

Peu de déchets, des contenants simples, le respect de la nature.



*Manger ensemble,
c'est aussi prendre soin
de la Terre.*



Des recettes colorées



Des boissons naturelles



Des saveurs authentiques

Entre Ciel, Mer & Terre

UNE PARENTHÈSE NATURE, YOGA & PARTAGE



LA VISITE DU MUSÉE DE LA MINE

Un voyage dans le temps

PLONGEZ AU CŒUR D'UN PATRIMOINE LOCAL

*Histoire
Nature
Découvertes...*



MUSÉE
DE LA MINE
DU CAP GARONNE



Un site chargé d'histoire

Le Musée de la Mine du Cap Garonne vous ouvre ses portes pour découvrir l'histoire passionnante de l'exploitation du cuivre, au cœur d'un site naturel exceptionnel.



Un patrimoine remarquable

Galeries, outils, récits et témoignages pour plonger dans la vie des mineurs d'autrefois.



Une vue imprenable

Un belvédère naturel offrant un panorama exceptionnel sur la rade de Toulon, la Presqu'île de Giens et les îles d'Hyères.



Visite guidée (optionnelle) à 14h00

Proposée uniquement pour celles et ceux qui souhaitent prolonger leur journée.

Durée : 1 heure

Tarif : 9 € par personne

Paieement directement à l'entrée du musée.
Visite guidée par un(e) passionné(e).

“ Un voyage passionnant
pour celles et ceux qui souhaitent
prolonger l'aventure ! ”



Au cœur des galeries



Une immersion fascinante



Des richesses géologiques

Entre Ciel, Mer & Terre

UNE PARENTHÈSE NATURE, YOGA & PARTAGE



INFORMATIONS PRATIQUES

Tout est réuni pour vivre une belle journée !

*Nature,
Bien-être
& Partage...*



Date

Dimanche 27 septembre 2026



Horaires

Accueil : 10h30

Écomarché : 10h45

Séance yoga : vers 11h45

Buffet champêtre : vers 12h45

Visite du musée (optionnelle) : 14h00
(durée 1h)



Lieu

Musée de la Mine du Cap Garonne
Le Pradet (Var)



Nombre de places

15 personnes maximum

Pour un moment privilégié et convivial.



Tarif journée

35 € par personne
(hors visite du musée)



Stationnement

Parking gratuit du musée
de la Mine Cap Garonne
Le Pradet (Var)

À prévoir pour votre confort



Tapis de yoga



Gourde



Chaussures de marche



Petite laine
(la galerie de la mine est fraîche)



Casquette / chapeau



Protection solaire



Votre bonne humeur !

Conseil

Pensez à une tenue
confortable, adaptée
à la marche
et au yoga !



Réservation

Inscrivez-vous directement sur mon site
pour réserver votre place !

*Places limitées
ne tardez pas !*



JE RÉSERVE MA PLACE →



<https://www.debomoments.com/événements>

*“Une journée
pour se reconnecter
à l'essentiel...”*

Entre Ciel, Mer & Terre

UNE PARENTHÈSE NATURE, YOGA & PARTAGE



Debomoments.com
Harmonie & Mouvement



Entre Ciel, Mer & Terre 
UNE PARENTHÈSE NATURE, YOGA & PARTAGE

Merci et à très bientôt!

“ Se reconnecter
à la nature,
aux autres
et à soi...
 ”

Merci à toutes celles et ceux
qui feront partie de cette belle
parenthèse. Ensemble, prenons le temps
de nous reconnecter à l'essentiel,
dans un cadre unique entre nature,
yoga et partage.

Au plaisir de vivre
cette journée avec vous!



Déborah

“ Plus qu'un événement...
Une parenthèse pour soi! ”


