

COMMUNIQUE AUX MEDIAS

Un Sentier Yoga à Veysonnaz

Le parcours, pensé pour se fondre dans la nature environnante, propose de découvrir les 4 éléments autour de 7 postes mêlant des postures agissant sur la concentration, la force, la détente et le recentrement. Inspiré des éléments naturels, il prend son inspiration dans le cheminement du bisse en eau et la forêt de mélèzes luxuriante de Magrappé. Une plateforme de méditation invite l'utilisateur à terminer le parcours en se recentrant sur ses sens mis en éveil par la nature. L'approche Petit Yogi du parcours est pensée pour les enfants qui pourront se joindre à l'activité.

Un projet conceptualisé en harmonie avec la nature environnante

En août dernier, Veysonnaz Tourisme a lancé son projet de conception d'un sentier yoga dans la forêt de Magrappé en amont du cheminement du Grand Bisse de Vex.

Le projet, conçu par Anne Fournier,oureuse de l'environnement naturel de la région et Aude Métrailler professeure de yoga, a été pensé autour des 4 éléments. « Pour impacter au minimum l'environnement naturel, les éléments des postes ont été imaginés sur des billes de mélèze comportant uniquement un volet de bois indiquant la posture de yoga par une technique de thermogravure. Les explications multilingues se trouvent à l'intérieur du volet » expliquent Aude Métrailler et Anne Fournier.

Les éléments dudit sentier ont pu être réalisés avec excellence durant l'hiver par les bûcherons du Cône de Thyon et ont été installés dans la forêt de Magrappé le 1^{er} mai 2019. « La conception du sentier et les réalisations techniques correspondent pleinement aux attentes et s'intègrent naturellement dans l'environnement de Magrappé » se réjouit Jasmine Ramondt-Fragnière, responsable de Veysonnaz Tourisme. Le projet a bénéficié d'un soutien cantonal à travers la Nouvelle politique régionale (NPR). Il s'agit d'un produit original pour cette discipline en pleine expansion. En effet, un seul sentier yoga en plein air existait à ce jour en Suisse, au Tessin.

Une approche « Petit yogi » et des cours dès le mois de juin

Le nouveau produit vise un public pratiquant la discipline, mais également cherche à initier les hôtes, les visiteurs et les régionaux au yoga. « Au fil du sentier et des postes, la nature se rapproche et stimule l'énergie vitale et la perception de la nature intérieure », explique Aude Métrailler. Conçu de manière pédagogique, les pratiquants de différents niveaux se sentiront à l'aise tout au long des postes. L'approche « Petit Yogi » avec des illustrations soignées pour les enfants permet également de pratiquer l'activité en famille. Le tracé représente 980m.

Dès le mois de juin, Veysonnaz Tourisme proposera des cours hebdomadaire grand public avec la conceptrice du sentier et professeure de yoga Aude Métrailler. Les enfants bénéficieront quant à eux de session de yoga accompagnée par Aude durant tout l'été à travers le programme d'animation Sun&Fun. Finalement des sessions de méditation accompagnées de la pratique des bols tibétains auront lieu à quelques dates de l'été.

L'accès au sentier est libre. Le départ du sentier se situe à 200m de Veysonnaz Tourisme et de l'entrée du bisse de Vex en direction des Mayens-de-Sion. Des tapis de yoga sont disponibles en prêt gratuitement auprès de Veysonnaz Tourisme.

Photos en annexe pour compléter le dossier de presse (@lindaphoto.ch)

Contact médias : Jasmine Ramondt-Fragnière, Responsable Veysonnaz Tourisme +41 27 207 10 53
/ +41 78 741 97 42 j.ramondt-fragniere@veysonnaz.ch
Aude Métrailler, professeur yoga et conceptrice du sentier +41 78 812 72 41