

## COMMUNIQUE DE PRESSE

Risoul

### **Jeudi 2 janvier : c'est le jour du Gong à Risoul !**

*Proposé par Stéphane Azzola, ex-entraîneur des équipes de France de Snowboard Slopestyle et Big air, le jour du Gong est une journée très spéciale placée sous le signe des joies de neige et du ressourcement par le Yoga.*

#### **Le jour du Gong : une journée expérientielle**

Le Gong symbolise le lancement d'une animation gratuite, polymorphe et multi rendez-vous. De quoi rythmer une journée de vacances de façon insolite et enrichissante. Alors suivez le guide ...

#### **9h Premier Gong : Good morning Yoga**

Rassemblement Front de neige de Risoul, un moment de préparation pour profiter d'une journée de ski et de la beauté de la nature. Au son du Gong et à la Voix envoûtante de Marie professeur de Yoga, une mini-session « Eveil Yoga » en tenue de ski pour « enjoy » sa journée.

En présence de Kevin Mayer recordman du monde de décathlon et amateur de Yoga qui assurément donnera son conseil d'expert.

*Ouvert à tous.*

#### **11h Deuxième Gong : Atelier cuisine saine et revitalisante**

Rendez-vous à l'espace rencontre Risoul1850 pour découvrir une nouvelle façon de cuisiner. Un moyen facile de retrouver de l'énergie. Des astuces pour avoir une forme étincelante et des recettes en bonus.

*Inscription : à la l'office du tourisme - places limités -*

### **15h Troisième Gong : Séance médiation Yoga Nidra**

Revenir au cœur de soi pour être en harmonie avec les autres et avec la nature. Une séance avec Marie, interdiction de s'endormir ...

*Inscription : à la l'office du tourisme - places limités –*

### **15h Quatrième Gong : Bank slalom sur le Waouland Risoul**

Course Bank Slalom sur le Waouland de Risoul

*Inscription : à l'ESF de Risoul*

### **16h Cinquième Gong : séance Yoga Vinyasa**

Cette fois ci c'est une séance fluide et dynamique qui est proposée par Marie. Rendez vous à l'espace rencontre Risoul 1850.

*Inscription : à la l'office du tourisme - places limités -*

### **17h Sixième Gong : Initiation Snowboard**

A destination d'un public d'enfants. Une heure pour découvrir le snowboard.

*Inscription : à l'ESF - places limités -*

### **18h Dernier Gong : Risoul Freestyle Show**

C'est le moment festif de la journée avec démonstration de sauts acrobatiques.

Risoul c'est les « X Games » avec Mathias Wecxsteen champion du monde de freeski ainsi que son équipe Paul Vieuxtemps 15e à la dernière coupe du monde de Big air Atlanta (usa), ainsi que Nathan Harbonnier l'un des meilleurs skieurs français actuellement. Sébastien Konijnenberg, 19e à Atlanta et membre de l'équipe de France de snowboard Freestyle et du Team Risoul Elite.

---

Plus d'infos sur [risoul.com](http://risoul.com)

