

## 11 Restons zen !

**1. Le bon esprit !**

Se mettre dans la peau du penseur de Rodin en vous posant sur un ... rondin. Soufflez. Méditez.

**2. Les arbres sont vivants !**

Ahhh, quel bonheur de communiquer avec... un arbre ! Quand vous aurez trouvé celui qui vous inspire, qui vous appelle, pourquoi ne pas se laisser aller à poser son front contre l'écorce, le serrer dans ses bras, ou encore lui raconter un secret ?

**3. Le pied !**

Se déchausser et se lancer, les yeux fermés, sur le parcours « Réveille tes pieds ».

**Votre mission :**

Accordez-vous une pause zen en pleine forêt !  
Quatre étapes à suivre (avec le détail des instructions au dos) au coeur du site de la Parée Jésus, dont l'entrée se trouve dans la rue du même nom.

**4. Boîte zen !**

S'aider des indices présents sur la carte pour trouver une « boîte zen » cachée dans une clairière à environ 150 pas du parcours « Réveille tes pieds ».

**Guide SMS** : Vous ne trouvez pas la boîte ? Pour obtenir immédiatement plus d'indices sur son emplacement, envoyez le mot **expl11** par SMS au 71244 coût d'un SMS + 0,50 cts

### Le parcours "Reveille tes pieds" :

depuis la terrasse en bois du parc Arbre et Aventure, dirigez vous vers la route. Vous le trouverez tout de suite sur votre droite.

La « boîte zen » : dos au parcours, empruntez un petit sentier (indice n°1) qui monte vers le Sud-Est, dans la forêt.



### Indice n°3 :

Coordonnées  
GPS de la boîte :  
+46° 47' 35.78" N  
-2° 4' 35.50" W

**PS : La «boîte zen» ? Des suggestions et petites surprises pour profiter de ce lieu et retrouver son équilibre ! Apportez un objet sans valeur pour l'échanger mais chuut, c'est un secret. Respectez cette cachette, pour la plus grande joie des suivants.**

Rubrique pause zen sur : [www.saint-jean-de-monts.com/idees-sejours.html](http://www.saint-jean-de-monts.com/idees-sejours.html)

**Expériences  
touristiques**  
Visiter autrement  
Vendée des îles




---



---



---

--	--	--	--	--

---