

L'équilibre entre Deux Mers

Un voyage sur le flow du
canal du midi

Dossier de presse



Notre Concept

L'Equilibre entre deux Mers

Son titre résume à lui seul le concept de ce voyage.

- Il est né de la rencontre de la passion du surf, de la randonnée et celle du yoga.

- Le Canal du Midi est réputé pour la beauté des paysages qu'il traverse. Sa voie est également propice à la pratique de la randonnée en SUP et relie l'Océan Atlantique à la Mer Méditerranée.

- La volonté de voyager en totale harmonie avec la nature est une de nos motivations premières dans la concrétisation de ce projet.



Notre objectif est de mettre en avant le SUP, la pratique du yoga et ses vertus régénératrices et relaxantes.

Il s'agit pour nous d'un défi personnel que nous souhaitons faire partager.

Notre traversée

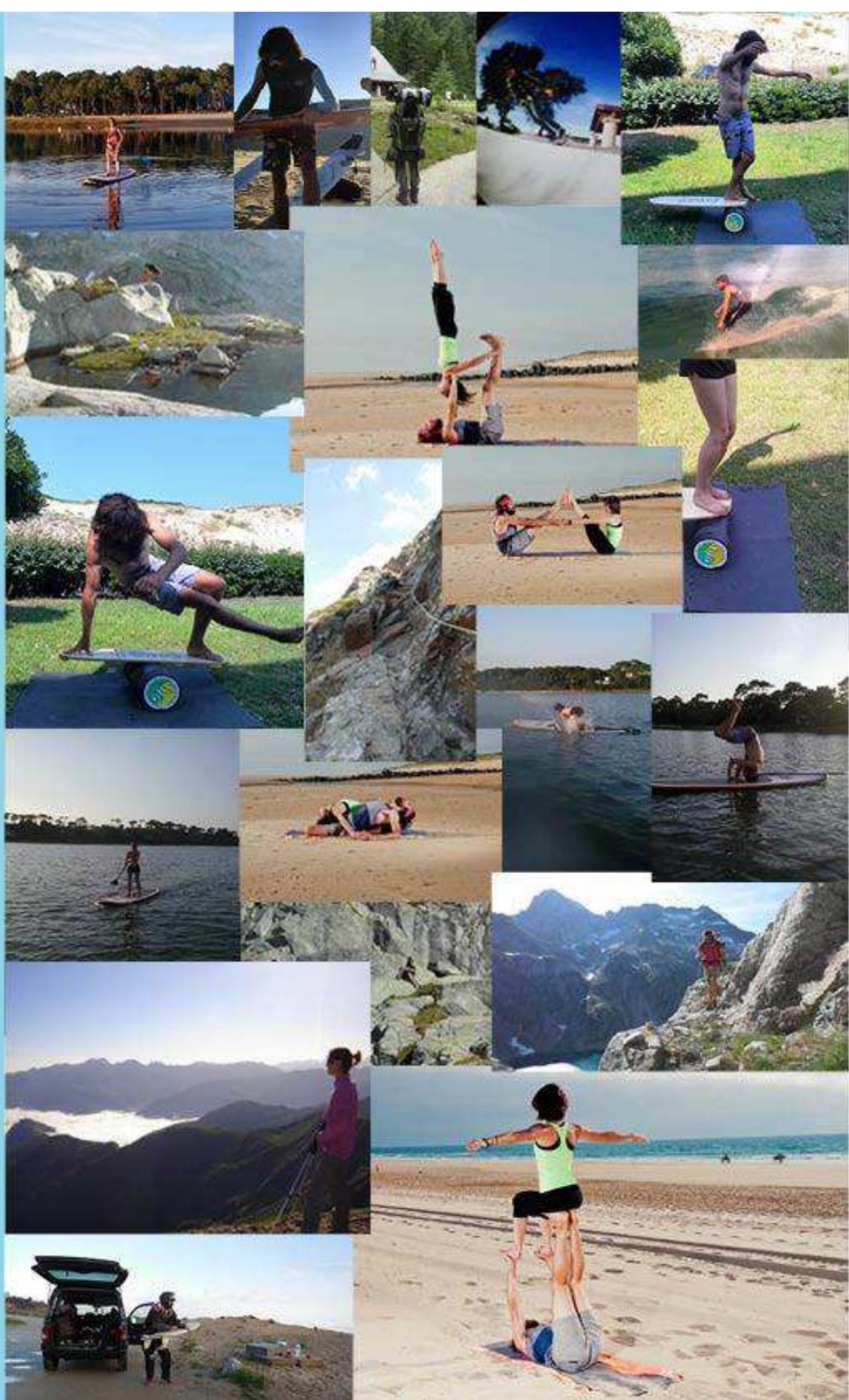
Nous avons planifié notre traversée pour la première quinzaine d'Octobre 2015. Nous espérons rejoindre Sète en une dizaine de jours,. Notre vitesse de déplacement sera de 20 à 25 km par jour selon les conditions météorologiques et les éventuelles difficultés rencontrées.



Journée type:

1. Matin : séance de SUPyoga (réveil musculaire et échauffement).
2. Début de matinée - fin d'après-midi : parcours des 20-25 km (5km/h environ).
3. Fin d'après-midi - début de soirée : ravitaillement et installation du campement.
4. Soirée : séance d'acroyoga (récupération physique et mentale) et partage des vidéos et photos prises au jour le jour sur les différents réseaux sociaux.





Notre Equipe



Julien Meyer

Age : 30 ans

1m81

70kg

Passions : Surf, Skate, Yoga.

Pratiques sportives : surf, SUP, Skate, Indo board, snowboard, randonnée, escalade, Slack line, course à pieds, pêche.

Loisirs : dessin, peinture, fabrication de planches de surf.

Morgane Helgen

Age : 30 ans

1m60

45kg

Passions : Montagne, Randonnée, Yoga.

Pratiques Sportives : Randonnée, Trekking, SUP, Indo Board, Slack line, Escalade, ski alpin, pêche.

Loisirs : travaux manuels décoratifs, couture, lecture.

