## Restaurants et Hôtel

inspirés par le potager.

Respect des principes nutritionnels et saisonniers pour faire rimer assiette

Des plats gourmets



Notre potager, premier fournisseur des circuits courts.

Des plats gourmets concoctés au gré de l'inspiration de notre Chef Sébastien Colleux (membre du Collège Culinaire de France).

Une auberge chauffée au bois de la Forêt.

Un séjour authentique et gourmand, à deux pas de la forêt source.

#### Nous contacter:

Le Bourg - 22230 SAINT-LAUNEUC Tél.: +33 (0)2 96 56 14 59

Email: contact@arduen.com

Site: www.arduen.com

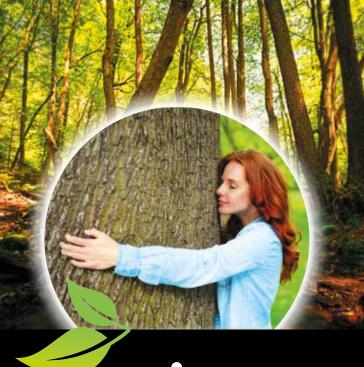


A 45 minutes de Rennes et de Saint-Brieuc.



La forêt source

*De bien-être* à la Hardouinais





# Sylvothérapie



Recevez les bienfaits des arbres au travers d'une itinérance apaisante en forêt.

Pratique de la Sylvothérapie.

Apprenez à optimiser la relation avec la forêt pour plus de bien-être.

Expérimentez cette reconnexion sur le plan physique et mental.



### La Mature au service de la santé

Fyadez-vous avec Isabelle Levraud. Formatrice, Thérapeute Nature et Santé.

Une expérience bien-être relaxante.

Enrichissez-vous des principes de la naturopathie, aromathérapie, huiles essentielles, fleurs de Bach...



#### Des activités équestres tournées vers la nature

Un environnement privilégié pour vous évader en

pleine nature, accompagnés d'un encadrement qualifié

et certifié.

#### Paddle faune et flore à la belle saison

Observez la biodiversité sur un plan d'eau magique.





Contemplez et découvrez les arbres autrement.

Une activité à mi-chemin entre l'animation nature et l'activité physique.

> Grimpe d'arbres « Une activité perchée » au sein d'un écosystème préservé.

> > Une expérience de l'ascension d'un arbre à la portée de tous. (accessible aux personnes handicapées)

### Sensibilisation à la permaculture

Venez découvrir notre potager, véritable jardin d'Eden.

Notre Chef Jardinier David Le Bars vous fera partager sa passion.

Découvrez le Fardin aux 1000 Roses.



#### Des événements au rythme des saisons

Le marché aux plantes, la fête de la citrouille, la journée mycologique, les parcours artistiques...



#### Des déplacements écologíques

Attelage, Gyropode, Vélo...

