



SUMMIT

OSSAU RESPIRE

2026 • 2027

LE RENDEZ-VOUS DU SOUFFLE, DE LA SANTÉ
INTÉGRATIVE ET DU MIEUX-ÊTRE EN MONTAGNE

Respirer. Bouger. Réguler. Se reconnecter. Transmettre.

2 JOURS POUR
RESPIRER, BOUGER
ET SE RECONNECTER
À L'ESSENTIEL



19 • 20
SEPTEMBRE
2026

ISKÖ
Chalets - Hôtel

GOURETTE
VALLÉE D'OSSAU
PYRÉNÉES-ATLANTIQUES

ÉLAN 2027
LE MOUVEMENT
CONTINUE



★★★★★
ISKÖ
CHALETs - HÔTEL



CONFÉRENCES
INSPIRANTES



ATELIERS
PRATIQUES



EXPÉRIENCES
IMMERSIVES



EXPERTS
& INTERVENANTS



VILLAGE
RESPIRE

UN LIEU D'EXCEPTION

À Gourette, ISKÖ Chalet Hôtel
accueille le Summit Ossau Respire
dans un cadre inspirant entre
montagne, oxygène et art de vivre.



AU PROGRAMME

- ✓ Respiration & cohérence
- ✓ Marche, mobilité & renforcement
- ✓ Bain froid & thermothérapie
- ✓ Nutrition & santé intégrative
- ✓ Sommeil, stress & récupération
- ✓ Conférences & rencontres
- ✓ Haka du Souffle
- ✓ Expériences nature & connexions

*Réservez
votre place*



PLACES LIMITÉES

ORGANISÉ PAR



FFRS
FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE LA RESPIRATION
ET DU SOUFFLE



Nos intervenants



Maeva Morlet



Emilie
"Voyage
énergétique"



Asmaa Niang



Lara
"Happy Yoga"



Sébastien



Mélina

PROGRAMME DU SAMEDI 19 SEPTEMBRE APRÈS-MIDI



14H00-16H00

Accueil & cercle d'ouverture



16H30-18H00

Marche sensorielle



19H00

TRAVAIL RESPIRATOIRE



20H00

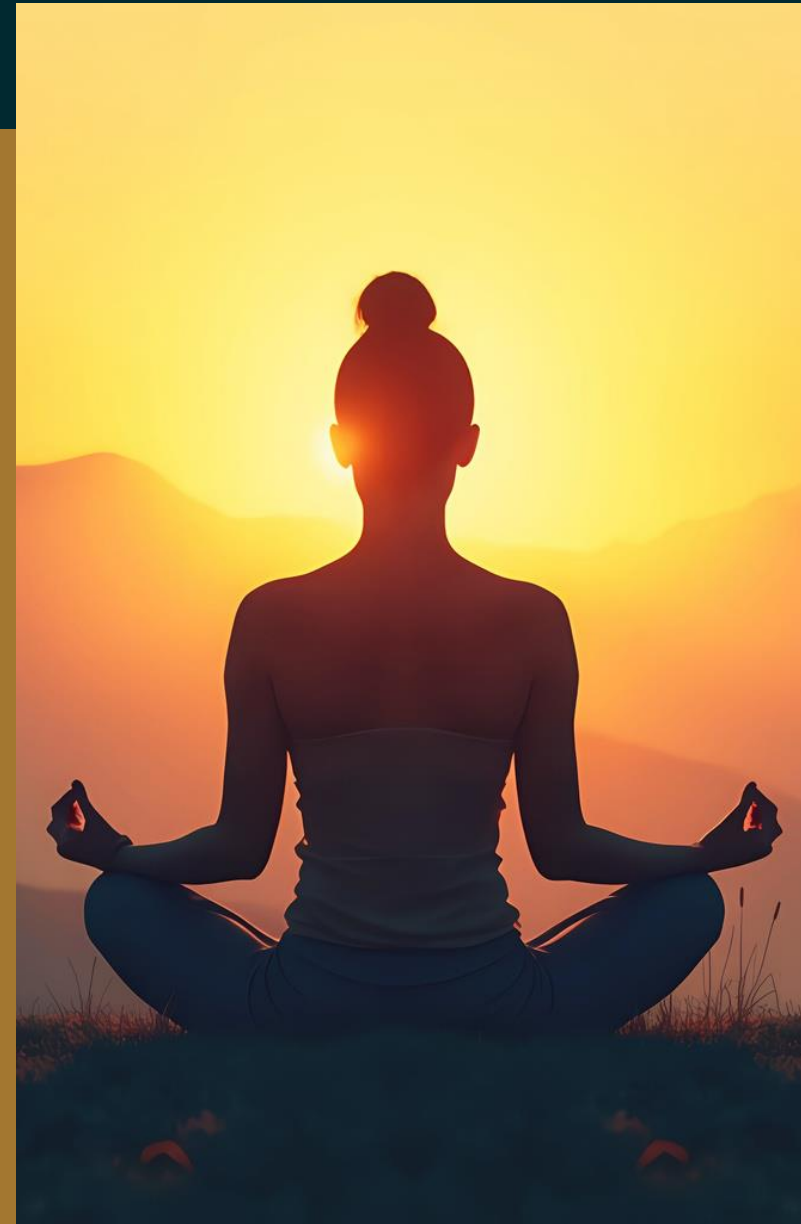
Aquae Soundbath

PROGRAMME DU DIMANCHE 20 SEPTEMBRE MATIN



8H00 - 9H00

Accueil & présentation



9H30

IMMERSION
Hormese Respiration



10H30

Atelier Earthing



12H30

Pause Brunch

PROGRAMME DU DIMANCHE 20 SEPTEMBRE APRÈS-MIDI



13H30

Conférence montagne :
découvrez les secrets des
Sources des Pyrénées et leurs
bienfaits



15H30

Atelier bien-être : techniques
de relaxation en altitude dès
5 ans



16H30

Méditation Respiration par le
nez en plein air face au
panorama du Pic du Ger



17H30

Clôture de l'événement et
moment de partage
convivial
Bain de Nature vibratoire

CHOISISSEZ VOTRE PASS



PASS SUMMIT 2 JOURS

Les 19 & 20 septembre
Accès complet à toutes les expériences,
conférences, ateliers et espaces.

125€



PASS DIMANCHE INAUGURATION FFRS

Journée du dimanche
spéciale inauguration
de la Fédération Française
de la Respiration et du Souffle.

55€



FORMULE FAMILLE SPÉCIALE IMMERSION

2 adultes + 2 enfants
Pass Immersion à 150€
1 enfant supplémentaire
(5 à 14 ans) offert.

150€





À PRÉVOIR



Tenue confortable



Chaussures de marche



Gourde



Maillot de bain et serviette
si participation aux immersions



Veste chaude pour la soirée



Tapis de yoga si possible

CONTACT

0619811832

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



ISKÖ

CHALETS - HÖTEL

MERCI & À BIENTÔT
AU SUMMIT OSSAU !

Respire



RESPIREZ, VIVEZ, PARTAGEZ • 19-20 SEPTEMBRE 2026 •