

Séjour Art du Chi &

Vacances vivantes

Pratique Art du Chi le matin et temps libre l'après-midi.

Août 2019 : période du samedi 03 au jeudi 15,
au centre Art du Chi Bourgogne - Séjour au choix

enseignement : **Thierry Chastaing et peut-être Anne-Marie !!!**

site : www.artduchi-alpesbourgogne.com - tél : 06 07 97 24 56



Une alternative aux stages habituels ...

Toute une période qui est ouverte à une participation «libre» durant la quelle vous pouvez arriver quand vous voulez et partir quand vous voulez (sauf les novices) avec une présence manimale de quatre jours. La seule condition consiste à être présent à l'ensemble des matinées de votre séjour afin d'assurer une continuité dans votre pratique.



Le contenu

Les personnes débutantes devront arriver soit le samedi 03 ou le samedi 10.

Chaque matinée est consacrée à la pratique de l'Art du chi. Deux cours seront assurés par Thierry (Chi au sol et Tai Chi debout) entre 9h30 et 12h30. Une pratique matinale pourra être organisée par Thierry ou par les stagiaires.

Les cours de Chi sont orientés vers l'exploration de notre potentiel énergétique en lien avec la puissante nature de cette région. Les cours de Tai Chi sont prétextes à l'unité, la fluidité, la communion en soi et dans le groupe.

Chaque après-midi aura le contenu que vous lui choisissiez.

Ballades dans les environs (région très boisée) à pieds ou en vélo (nombreux chemins balisés), baignades dans les plans à proximité (5 et 10 minutes de voitures) ou toute autre exploration de votre goût (région à tourisme vert).

La nouveauté 2019 : les participants peuvent animer gratuitement des ateliers de découverte de créativité (écriture, chant...) de 16h00 à 18h00 où chacun est libre de participer (organisation préalable)

Chaque soirée aura le contenu de notre choix commun ou individuel. Fête, musique en sous bois... pratique au bord de l'eau ... méditation au centre ...

Séjour éco-nomique et éco-logique.

Vous pouvez choisir les dates de votre séjour avec un minimum de trois jours. Vous ne payez que les matinées d'enseignement à 28 €. Vous logez en camping ou en gîte sur le lieu du centre. Vous assurez votre restauration.



- Après une sacrée baignade, coucher de soleil sur l'étang de Vaux.
- Chapiteau dans l'espace de pratique + Anne-Marie & Thierry.



Espaces, terrains et préparation des repas sur le centre + chapiteau pour les cours de Chi au sol.



Lieu du stage

Espace privilégié de nature et de calme sur le Centre Art du Chi Bourgogne accueille ce séjour- Domaine de la Flèche - 1, chemin des Egadés - 58330 CRUX-LA-VILLE.
site : www.domaine-de-la-fleche.fr
Le lieu a été restauré en auto-construction avec des matériaux naturels (chaux, chanvre, bois local...) nous nous adapterons aux commodités du moment.

Horaires / nombre

Début de la période : du samedi 03 août à 9h30 (arrivée possible le vendredi soir)
Fin de période : au jeudi 15 à 12h30. (départ dans l'après-midi)

Un nombre de stagiaire d'environ 15 personnes. Pas de nombre minimum.

Tarifs

- ENSEIGNEMENT : 29€/ jour/personne
- HEBERGEMENT : **camping au Centre** - 18€/nuît/personne.
places ombragées sur terrain très calme avec lavabos & douches (eau chaude)+ toilettes sèches + espace cuisine avec frigo + espace de restauration. **où gîtes, chambres d'hôtes, chambres d'amis et autre camping** (demander la liste et les tarifs)
- RESTAURATION
l'ensemble de la restauration est à votre charge. Les repas peuvent être préparés & pris ensemble ou séparément au centre.
- INFORMATION COMPLÉMENTAIRE
contacter Thierry : 06 07 97 24 56 ... le plus tôt possible afin d'organiser votre séjour.
adresse l'envoi de l'inscription : Thierry Chastaing - 23, route d'etrembières 74100 ANNEMASSE.

----- ✂ -----
Inscription - L'ART DU CHI & VACANCES VIVANTES août 2019.

Nom : _____ prénom : _____
 adresse : _____
 code : _____ ville : _____
 pays : _____ tél : _____
 e-mail : _____

je souhaite un logement au : camping au centre autres :

Je m'inscris du : au :

Précisions :
.....

● COVOITURAGE : je propose je recherche, depuis :

● RÉSERVATION

Je verse la somme de 100 € à l'ordre de Thierry Chastaing. (non remboursée en cas de désistement après le 01 aout sauf avis médical, non encaissée avant le stage. Inscription dans la limite des places disponibles et par ordre de réception du courrier. En cas d'annulation par les organisateurs, aucune compensation financière n'est envisageable. Les sommes versées seront alors restituées.)

Date :

Signature :