

# La fête des beaux jours

## Séjour à participation financière libre du samedi 25 au mercredi 29 juin 2022

au centre Art du Chi Bourgogne (situé entre Nevers et le Parc régional du Morvan)

enseignants : Anne-Marie Vessylier et/ou Thierry Chastaing

*Tai Chi et Qi Gong le matin... jardin/permaculture l'après-midi  
pour débutants et pratiquants de l'Art du Chi.*



### Une alternative aux stages habituels

Enseignement tous les matins entre 9h30 et 12h30. Aide à l'aménagement paysagé, du jardin et des buttes de permaculture.

Gestion de la crise sanitaire : stage essentiellement en plein air, cours au sol sous chapiteau ventilé, restauration et logement en individuel si préférable ou nécessaire.



**Chaque matinée** est consacrée à la pratique de l'Art du Chi - 9h30 à 12h30 - à travers deux cours, l'un au sol et l'autre debout. Les cours de Chi (au sol) sont orientés vers l'exploration de notre propre potentiel énergétique et le lien avec la puissante nature de cette région. Les cours de Tai Chi et Qi gong (debout) seront en fonction du niveau des personnes présentes.



**Chaque après-midi** sera un moment de participation libre à la préparation des supports de culture et de l'aménagement des terrains et des terrasses. Semis et entretien des plants (petite serre), travail des supports (buttes de culture en lasagne), entretien des espaces paysagés. Nous sommes des jardiniers amateurs avec une orientation culture biologique et permaculture. Comptez 3h/maxi/jour de participation.

### Séjour éco-nomique et éco-logique.

L'échange financier se module selon votre participation aux après-midis entre 20 et 200€. Vous logez en camping ou en gîte proche. Vous assurez votre restauration.

### L'Art du Chi est un art corporel énergétique orienté vers le bien-être et la santé.

Il est issu des arts internes traditionnels orientaux comme le Qi Gong, le Tai Chi Chuan, le travail en assise sur le Tantien et le petit circuit céleste du Taoïsme.

Il emprunte aussi les voies de la relaxation, du contrôle de la respiration et des techniques de focalisation de l'intention (Yoga), de méditation ou d'émission des sons porteurs d'énergie. L'Art du Chi délaisse toute notion de compétition, de grade et de jeux d'opposition.

**Voir le site : [www.artduchi-alpesbourgogne.com](http://www.artduchi-alpesbourgogne.com)**



## Lieu du stage - région

Espace privilégié de nature et de calme, le Centre Art du Chi Bourgogne accueille ce séjour. Le lieu a été restauré en auto-construction avec des matériaux naturels (chaux, chanvre, bois local...) Lieu très calme et très agréable à vivre. De nombreux espaces verts, un plan d'eau. Voir le site : [www.domaine-de-la-fleche.fr](http://www.domaine-de-la-fleche.fr)

Belle région vallonnée à tourisme vert située entre Nevers, Vezelay et le Parc régional du Morvan.

## Horaires / nombre

du samedi 25 juin à 9h30 au mercredi 29 juin 2022 à 17h00 (arrivée possible le vendredi soir) un nombre de stagiaires entre 8 et 12 personnes.

## Tarifs

● ENSEIGNEMENT : participation libre entre 20 et 200€.

● HEBERGEMENT sur place :

**camping au Centre** - 17€/nuit/personne.

places ombragées sur terrain très calme avec lavabos & douches (eau chaude)+ toilettes sèches + espace cuisine avec frigo + espace de restauration.

HÉBERGEMENT extérieur : **autres gîtes, chambres d'hôtes et camping à proximité** demander la liste et les tarifs.

● RESTAURATION

- l'ensemble de la restauration est à votre charge. Les repas peuvent être préparés et 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 d'envoi de l'inscription : Thierry Chastaing - 1, chemin des Égadsés 58330 CRUX LA VILLE.



L'ART DU CHI  
Méthode Stévanovitch



## Inscription - LA FÊTE DES BEAUX JOURS - du 25 au 29 Juin 2022

Nom : \_\_\_\_\_ prénom : \_\_\_\_\_

adresse : \_\_\_\_\_

code : \_\_\_\_\_ ville : \_\_\_\_\_

pays : \_\_\_\_\_ tél : \_\_\_\_\_

e-mail : \_\_\_\_\_

je souhaite un logement au :  camping au centre  autres : .....

remarque : .....

● NIVEAU DE PRATIQUE ART DU CHI :  débutant  24 postures  108 postures

● COVOITURAGE :  je propose  je recherche, depuis : .....

### ● RÉSERVATION

Je verse la somme de 100 € à l'ordre de Vessylier/Chastaing (non encaissé)

(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 :