

# Stage d'été dans le mâconnais

du samedi 5 juillet au 12 juillet 2025 avec Vincent Pham Ngoc

**priorité aux premiers inscrits !**

## ÉVEIL CORPOREL ~ TAICHI HUANG KUNGFU WUTAO



### ADRESSE SUR PLACE

Camping du Lac de Saint-Point  
Lac de Saint-Point Lamartine, 71520 - SAINT-POINT - FRANCE  
Tél. 06 07 60 70 11 – Mail : [contact@campingdulacbourgogne.com](mailto:contact@campingdulacbourgogne.com)  
Site : [campingdulacbourgogne.com](http://campingdulacbourgogne.com)

### TRANSPORT

– Voiture, de Paris : ± 4,5h, 400 km (par voiture, aller/retour ± 200 €)  
– Train, de Paris : Mâcon-Loché TGV (aller/retour ± 200 €)

Vincent Pham Ngoc  +33 6 15 23 87 72

E-mail [secretariat@eqimonie.fr](mailto:secretariat@eqimonie.fr) – Site [www.eqimonie.fr](http://www.eqimonie.fr)

### ENTRAÎNEMENTS

Depuis plus de trente ans nous proposons des stages d'une semaine de pratiques :

— cours le matin et révision ou vacances l'après-midi ! —

Promenades culturelles et projections vidéo quand c'est possible.

Les séances se déroulent toujours **en plein air** (sauf en cas de tornade...!).

Les cours sont accessibles et bénéfiques pour **tous niveaux**, même novices.

Ces moments permettent aussi d'échanger avec d'autres pratiquants.

**Horaires** (à préciser en fonction du service repas) :

<b>Samedi 5 juillet</b>	<b>Éveil corporel</b>	<b>18 h à 19 h</b>
<b>Tous les jours</b>	<b>Méditation</b>	<b>6 h 30 à 7 h</b>
	<b>Éveil corporel</b>	<b>8 h à 9 h</b>
	<b>Taichi</b>	<b>9 h 05 à 11 h 05</b>
	<b>Kungfu</b>	<b>11 h 15 à 13 h 15</b>
<b>Samedi 12 juillet</b>	<b>Éveil corporel</b>	<b>10 h à 11 h</b>

Cet été nous marcherons sur les traces d'**Alphonse de Lamartine**, en grim-pant sur la Roche de Solutré, en explorant la grotte de Jocelyn, puis en visi-tant quelques lieux où le poète et politicien vécut : Milly, Bussières, Prissé, Saint-Point...

Ceux qui préfèrent une journée libre pourront en profiter à leur gré.

### SÉJOUR DANS LE MÂCONNAIS

« Quand on sort de la jolie petite ville de Mâcon en se dirigeant du côté des montagnes où le soleil se couche, on suit d'abord une grande route bordée de vignes, qui monte et descend avec les ondulations du sol comme la route d'un vaisseau sur une mer douce à larges lames. De nombreux villages, aux toits de tuiles rouges et aux murs blanchis par la chaux et tapissés de pampres au-dessus de la porte, s'élèvent au pen-chant de tous les coteaux et fument au fond de toutes les gorges ».

A. de Lamartine - « Le tailleur de pierres de Saint-Point ».

### À PRÉVOIR

Des **vêtements adaptés** pour l'entraînement **en plein air** : chaussures de sport, K-way, couvre-tête, lunettes de soleil, produits solaires.

Un petit budget « culturel » (*visites, musées, transports, souvenirs...*).

### COÛT DU STAGE

**Taichi ou Kungfu + Éveil corporel** (2 disciplines) : **240 €** ; faibles revenus : **170 €**

**Kungfu + Taichi** (2 disciplines) : **280 €** ; faibles revenus : **190 €**

**Kungfu + Taichi + Éveil corporel** (3 disciplines) : **350 €** ; faibles revenus : **250 €**

### HÉBERGEMENT

**Hébergement** : de nombreuses options à voir sur le site du camping.

**Pension complète** ou **demi-pension** à l'étude.

**Accompagnateur(s)** accepté(s) **en fonction des places disponibles**, les sta-giaires étant bien sûr **prioritaires**, et sous la **responsabilité** du stagiaire.

### ACCUEIL

– Samedi 5 juillet à partir de 14 h.

– Libération de l'hébergement, samedi 12 juillet à 11 h.