



## Fiche pratique

**STAGE QI GONG DES MONTS WUDANG**  
Du jeudi 14 juillet, 10h30 au dimanche 17 juillet, 16h

**ANIME PAR MAITRE SUN FA**



Dans la nature, à 1h de LYON

**PROGRAMME, RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION**  
04 72 98 83 41 ou [tian.long@free.fr](mailto:tian.long@free.fr) ou [tianlong.com](http://tianlong.com)

Adresse :

**chez Isabelle SANGOY, Lieu dit MERZE, 71250 CORTAMBERT, Tel : 06 49 20 56 60**

Prix : - frais pédagogiques : 240 € (5h/jour)  
- hébergement à la discrétion de chacun

**1-Présentation du lieu**

- le lieu de pratique sera au sein d'une grande propriété :
  - soit à l'intérieur, dans une grande belle salle, souvent lieu d'exposition
  - soit à l'extérieur, à l'abri des arbres, dans une ambiance générale "campagne" : la maison est entourée de prés et de bois.
- à 3 km de Cluny, d'accès très facile en voiture ou en vélo (voie verte)



## **2 – l'hébergement**

- Plusieurs modes possibles, à Cluny

### ***\*Hôtel de l'Abbaye***

14 ter Avenue Charles de Gaulle, 71250 Cluny, 03 85 59 11 14 [abbaye-cluny.fr](http://abbaye-cluny.fr)

### ***\*Hôtel du Commerce***

8 place Commerce 71250 Cluny, 03 85 59 03 09 [hotelducommerce71@orange.fr](mailto:hotelducommerce71@orange.fr)

### ***\*Domaine de Morlay***

Morlay, 71460 Saint-Ythaire 03 85 92 67 95 [morlay.fr](http://morlay.fr)

### ***\*Camping Municipal Saint Vital***

Rue des Griottons, 71250 Cluny 03 85 59 08 34 [camping-cluny.blogspot.com](http://camping-cluny.blogspot.com)

## **3 – restauration :**

- le midi : les repas sont conçus dans la simplicité et le partage : 1<sup>er</sup> pique nique, apporté par chacun, avec mise en commun possible ; puis organisation commune sur les 3 jours restants  
- le soir : au choix de chacun. Restaurants à Cluny.

## **3 - renseignements supplémentaires**

- promenades agréables, piscine à Cluny  
- Pas de possibilité d'accueillir des animaux pendant le stage

## **4- matériel nécessaire pour la pratique**

- une tenue souple et chaussures pour la pratique de Qi Gong  
- tapis de sol ou serviette, coussin ou oreiller pour massage, qi gong  
- de quoi prendre des notes

## **5- modes d'accès**

### **a- en voiture**

voir plan en fin de document

### **b- Par le train**

Possibilité de venir en train, à Mâcon. Ramassage possible, si vous prévenez à l'avance :

- à la gare de Mâcon-Loché à 9h00  
- à la gare de Mâcon- ville à 9h15

### **c- Par le car**

Possibilité de venir en car jusqu'à Mâcon, puis à Cluny ou ramassage comme précédemment.

.../...



### d- en covoiturage

Si covoiturage possible, selon propositions des participants :

#### \*départ de Lyon

- Comme conducteur
- Comme passager

#### \*départ de Paris

- Comme conducteur
- Comme passager

