

BUDOKAN

Arts martiaux de Chine, du Japon et des Philippines

STAGE BIEN-ETRE & RESSOURCEMENT
TAI CHI CHUAN - QI GONG - RELAXATION - MEDITATION
 à **PORT-MANECH** (Finistère) du **11 au 18 JUILLET 2026**

L'Association BUDOKAN de Metz vous propose un stage bien-être et ressourcement dans un cadre d'exception en Bretagne, dans le Finistère.

Pour ceux qui viennent de loin, vous avez la possibilité de vous loger dans un centre de vacances rénové, équipé d'une piscine plein air chauffée et d'un restaurant panoramique.



**AVEC VUE SUR
L'Océan...**



VILLAGE CLUB ★★★

**PORT-MANECH**

MER BRETAGNE

1, Rue Beg Ar Vechen
29 920 PORT-MANECH

 **Pour réserver votre hébergement**, inscrivez-vous **directement** sur Internet ou par téléphone (04 87 75 00 58) auprès de MILEADE - village club de Port-Manech. Vous pouvez aussi choisir un autre hébergement à votre convenance. Les cours ont lieu au sein du village club. Exemple : 1 semaine en formule pension complète pour 2 personnes (environ 1400 €)

Ne tardez pas, ce village est très prisé !!!!

 **Pour réserver votre stage** inscrivez-vous auprès de l'association BUDOKAN, en choisissant votre formule (à la journée ou la semaine complète) sur le coupon ci-après. Votre inscription est prise en compte dès réception de votre dossier complet (feuille d'inscription et règlement) et au plus tard le 11/06/2026.

1 feuille par
personne !

BUDOKAN

Séjour **BIEN-ETRE & RESSOURCEMENT**

TAI CHI CHUAN - QI GONG à PORT-MANECH (Finistère) du 11 au 18 juillet 2026

A transmettre dès que possible et avant le 11/06/2026 accompagné du règlement
à votre animateur BUDOKAN, ou par voie postale à
ASSOCIATION BUDOKAN - 4, RUE DES BOULEAUX - 57050 LE BAN ST MARTIN

Date d'inscription

Nom : Prénom : né(e) le

Adresse :

CP : Ville : n° tél :

Adresse mail :

Je suis pratiquant ☐ OUI ☐ NON

J'ai une licence ☐ OUI ☐ NON*

Si oui, fédération N° de licence :

Je suis inscrit(e) dans un club : nom du club Commune.....

FORMULES & OPTIONS	>>> Cochez vos choix
☐ STAGE TOUT COMPRIS Du dimanche au vendredi, 6 matinées de 10h à 12h	Tarif : 130 €/personne <i>A l'ordre de Gérard BAEGERT</i>
☐ STAGE A LA CARTE Précisez le/les jour(s) de pratique : dimanche lundi mardi mercredi jeudi vendredi	Tarif : 25 €/personne/ demi-journée 25 x = <i>A l'ordre de Gérard BAEGERT</i>
TOTAL	€

Une question ? renseignez-vous au 06 76 54 87 11
ou sur budokan-metz@wanadoo.fr

* Si vous n'êtes pas licencié, il vous est conseillé de prendre une assurance supplémentaire pour couvrir la pratique du tai chi et du qi gong. Vous pouvez également commander une licence dans notre club (35 €- sur demande expresse)