

QI GONG ET TAI CHI CHUAN AUX PAYS DES AMERIENDIENS DU 16 AU 26 JUILLET 2010

16 juillet :

Départ **TOULOUSE** 13h arrivée **MONTRÉAL** 17h45 (via Paris)

Location de voitures à Montréal . Départ pour **RAWDON** (1h de route) et installation à l'hôtel **La Cinquième Saison (gîte santé)** (www.destinationrawdon.com) en demi pension

17 juillet : Journée à la découverte du **PARC DU MONT TREMBLANT**

Situé dans la région touristique des Laurentines ce vaste Parc National est un site exceptionnel bordé de magnifiques lacs et bénéficiant de fabuleux paysages. (www.parcsquebec.com)

Randonnée . pique nique à votre charge .

DESCENTE EN CANOT DES MÉANDRES DE LA DIABLE
accompagnés d'un garde naturaliste du Parc.



18 juillet : Journée à **VAL DES LACS** au **CENTRE KANATHA-AKI** à la rencontre de la culture Amérindienne. (www.dominiquerankin.ca) philosophie et mode de vie des Algonquins, Médecine traditionnelle et enseignement des animaux, repas traditionnel, chants, tambours et cérémonies... repas de midi inclus

19 et 20 juillet : **ENSEIGNEMENT AMERIENDIEN A TRAVERS LA ROUE DE VIE**

2 jours de stage à *La Chaumière Fleur Soleil, lieu de ressourcement et d'enseignement* à **VAL DAVID** (www.chaumierefleurssoleil.com) pension complète

Une initiation à la sagesse des Anciens, transmise à travers l'enseignement du Clan du Loup de la nation Sénéca. Cet enseignement d'une grande richesse s'appuie sur la légende du Grand Pacificateur qui a pour but d'aider l'être humain à se reconnaître et à s'unifier intérieurement.

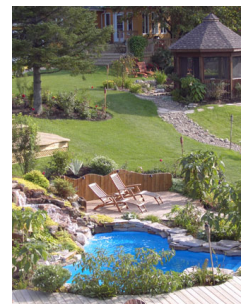


Cliquez pour agrandissement

21 juillet : Randonnée à **RAWDON** dans le **PARC REGIONAL DES CHUTES DORWIN**

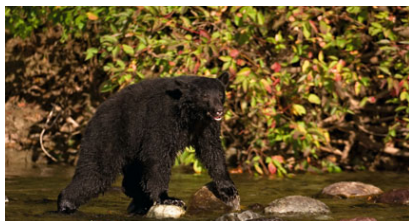
Pique nique à votre charge

Après midi et soirée détente à **LA SOURCE, SPA CENTRE DE THALASSOTHÉRAPIE DE LANAUDIÈRE**, havre de paix en harmonie avec la nature. (www.detentealasourcespa.ca)



22 juillet : QUEBEC (www.quebecregion.com)

Arrivée à Québec, installation à l'hôtel Acadia dans le vieux Québec, VISITE DU VIEUX QUEBEC, dîner (à votre charge) et soirée



23 juillet: visite de la CÔTE DE BEAUPRÉ ,PARC DES CHUTES MONTMORENCY, BASILIQUE NOTRE DAME, ILE D'ORLÉANS et déjeuner à votre charge
Route vers TADOUSSAC et SACRE COEUR pour L'OBSERVATION DE L'OURS NOIR , ensuite, installation à l'hôtel Maison Hovington à Tadoussac dîner à votre charge .

24 juillet: TADOUSSAC (www.tadoussac.com)

OBSERVATION DES BALEINES sortie en mer en zodiac , Déjeuner (à votre charge) à Tadoussac, visite du CENTRE DES MAMMIFÈRES MARINS, route vers CHARLEVOIX et retour sur Québec, hôtel Acadia. Dîner à votre charge



25 juillet: Retour vers MONTREAL (www.tourisme-montreal.com)

visite, déjeuner (à votre charge) et transfert à l'aéroport MONTREAL départ 17h25 TOULOUSE (via Paris) arrivée 08h35 le 26 juillet



**Qi gong et tai chi chuan
au rythme de nos découvertes
dans les lieux et temps qui nous y inviterons**

PRIX TOTAL DU SEJOUR : 2175€

Inclus dans ce tarif :

Transport aérien + assurance annulation, location et assurance des voitures, hébergement demi pension à Rawdon, pension complète à Val David, nuits et petits déjeuners à Quebec et Tadoussac, stages, sorties, randonnées , entrées des Parcs, canot, spa, croisière baleines ,visites .

Ne sont pas inclus : Quelques repas , carburant et péages pour les voitures (voir descriptif)

Hébergement en chambre double . Pour un tarif avec chambre individuelle prévoir un surcoût.

Une assurance individuelle accident et rapatriement est obligatoire (mondial assistance)

GROUPE DE 12 PERSONNES – inscription dans l'ordre d'arrivée des réponses

Inscription et réservation définitive avec acompte de 1000€ à l'ordre de Christine LAGUNA
En cas d'annulation seuls les frais de transport aérien pourront être remboursés dans le cadre de l'assurance .