



Stage adultes jujitsu et nature Ardèche Saison 2023

Samedi 29 avril - Samedi 6 mai
Samedi 22 juillet - Samedi 29 juillet
Samedi 28 octobre - Samedi 4 novembre



06 77 70 77 29
ecocentredelaboule@gmail.com

www.ecocentredelaboule.com

Programme



Le stage « Jujitsu et nature » permet d'approfondir ou redécouvrir une pratique martiale tout en le mêlant à un vécu humain authentique et un environnement ressourçant. Le matin est consacré à deux heures de pratique approfondie, avec possibilité de faire une heure de Qi Gong « à la fraîche ».

Le stage c'est aussi...

Un déjeuner en convivialité avec toutes les personnes présentes à l'Écocentre, puis des après-midis libres. De nombreuses activités sont proposées pour ces moments particuliers : baignades en cascades naturelles, randonnées en montagne, ateliers divers...



Le lieu

L'Écocentre de Laboule, situé dans le village du même nom, est un lieu pour vivre autrement. En plein cœur de l'Ardèche, de ses cascades et de ses forêts, , perché sur les flancs du Tanargue, il permet de s'immerger dans une nature encore sauvage.

Adresse : Le Village, 07110 Laboule



L'enseignant

“

À 8 ans, il commence le judo, puis à 14 ans le karaté et le jujitsu. En 1993, alors ceinture noire dans ces deux premières disciplines, Stéphane se lance dans l'enseignement et dispense ses premiers cours. Quelques années plus tard, marqué par l'approche transverse d'Aoki ou encore de Moshizuki, il entreprend de se former aux arts martiaux et énergétiques chinois. Aujourd'hui, il les enseigne également. En 2008, il prend la responsabilité du Dojo Shiseikan dans le 15^e arrondissement de Paris. Puis, en 2014, il crée avec son épouse Florence, l'Écocentre de Laboule, en Ardèche.

”



Informations pratiques

Qui peut s'inscrire ?

“

Pour participer aux stages il faut avoir au moins 16 ans et... c'est tout ! Tous les participants sont les bienvenus, quel que soit leur niveau !

”

Tarifs

“

Pension complète stagiaire : 500€
(Rajouter 40€ si le stagiaire n'est pas adhérent au Dojo Shiseikan)

Pension complète accompagnant : 380€

Stage seul, sans hébergement ni nourriture : 300€

”



Modalités d'inscription

“

La fiche d'inscription jointe (cf. page 6) une fois complétée et signée est à joindre avec les chèques de règlement.

”

“

En cas d'annulation de notre part, l'intégralité de la somme que vous avez versée vous est remboursée. En cas d'annulation écrite (lettre/courriel) de votre part, nous vous remboursons l'intégralité de la somme dans la mesure où vous nous avez prévenus 1 mois avant le début de l'activité. Toute activité démarrée puis interrompue du fait du participant, pour quelque raison que ce soit, ne donne droit à aucun remboursement.

”

Horaires d'arrivée



“

L'arrivée se fait le samedi à partir de 14h00 et le départ entre 11h00 et 14h00 le samedi suivant.

L'association Ecocentre de Laboule se réserve le droit de refuser l'accès à une activité si cela est jugé nécessaire à la bonne marche de l'ensemble.

”



Transports

En train

Jusqu'à Montélimar ou Valence, puis en bus jusqu'à Aubenas. Le trajet d'Aubenas à Laboule est à la charge du participant.

Possibilité de faire appel à un taxi : tarif de groupe entre Aubenas et Laboule, compter 24€ par personne aller-retour.

”

En voiture

Covoiturage possible pour les grandes distances. Contactez-nous pour être mis en relation avec les participants.

Les stagiaires venant en voiture peuvent être sollicités pour récupérer ceux qui viennent en train+bus et arrivent à Aubenas.

”

Hébergement et intendance

“

Prévoir un drap housse, une taie d'oreiller, un duvet, des serviettes de toilettes ainsi que des sandales adaptées pour l'intérieur de la maison.

Quel que soient l'activité et le rôle qu'on y tient, nous pouvons vous solliciter selon vos possibilités pour la participation à des tâches d'entretien, de cuisine, ou d'intendance, voire d'entraide en rapport avec la construction ou le jardinage.

”



Nourriture

“

Nous privilégions les produits locaux et biologiques sans imposer un régime alimentaire particulier.

N'hésitez pas à nous faire part de vos besoins spécifiques, nous chercherons toujours à les satisfaire et en tenir compte dans la mesure du possible.

”



Pour tous renseignements complémentaires, n'hésitez pas à contacter l'Écocentre de Laboule

06 77 70 77 29

ecocentredelaboule@gmail.com





FICHE D'INSCRIPTION STAGES ET SORTIES

Coordonnées de la personne inscrite

Nom : Prénom :
Date de naissance :/...../.....
Nom et prénom du responsable (pour les mineurs) :
Profession :
Adresse :
Code postal : Ville :
Tel : Email :

Activité choisie :

Pour la période du : au

Règlement

Montant total à régler (activité + adhésion si non adhérent*) :
(*Si la personne n'est pas inscrite à l'association Ecocentre de Laboule rajouter 40 € pour l'adhésion)

Mode de règlement

2 chèques à l'ordre de l'Ecocentre de Laboule :

- Un chèque d'arrhes de 30% du montant de l'activité
un deuxième chèque du montant total, moins les arrhes (ce chèque ne sera encaissé qu'après le début du stage)

Enfin, si le stagiaire n'est pas adhérent à l'association, il faudra faire un troisième chèque, de 40 €, à l'ordre de l'Ecocentre de Laboule

Fiche à retourner par mail à :
ecocentredelaboule@gmail.com ou
par courrier à Stéphane Chovet, Ecocentre de
Laboule, 67 rue Vergniaud, Hall J, 75013 PARIS