

26^{ème} rencontre d'été
de l'Association Européenne de
Mei Hua Zhuang
du 13 au 18 Juillet 2025
À Herbignac en Loire-Atlantique



Animée par YAN YAN et JUNMIN REN
Maîtres de la XVIII^e génération

www.meihuazhuang.org

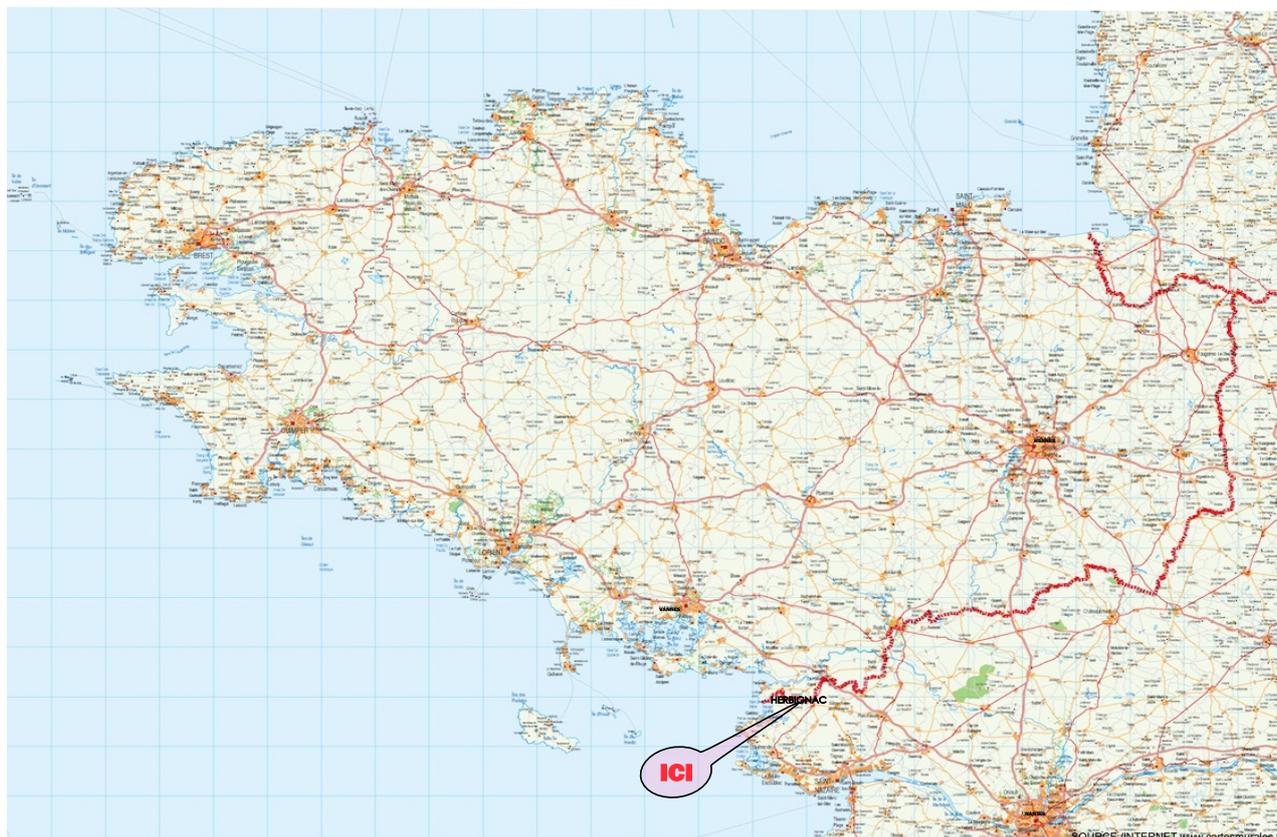
Association Européenne de MEI HUA ZHUANG
39 rue des Sorbiers
92140 CLAMART – France



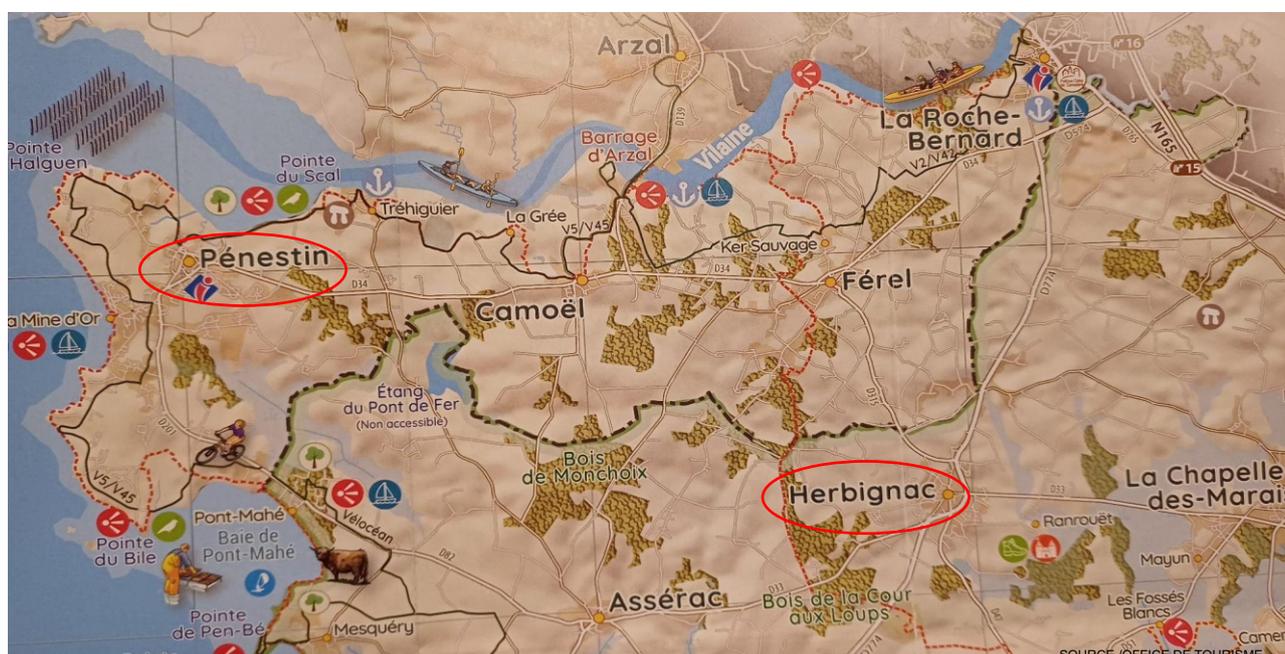
Lieux de la rencontre :

La rencontre d'été aura lieu au sein de la commune d'Herbignac.
Herbignac est très facilement accessible car elle est toute proche de la R.N.
165 reliant Quimper à Nantes.

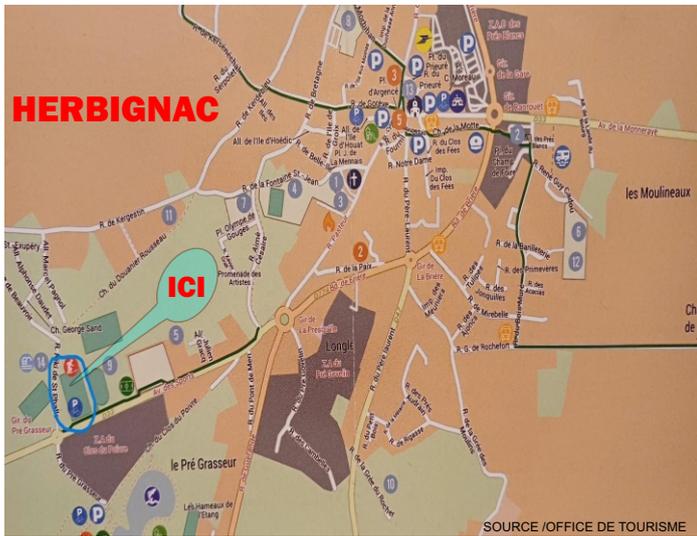
Elle est proche de la Vilaine, du parc naturel régional de Brière et de la cité de caractère de La Roche-Bernard. Elle se situe également à une quinzaine de km des plages



Plan du nord de la Presqu'île guérandaise



Nous pratiquerons à **HERBIGNAC** à la salle omnisports du complexe sportif **Louis BRETECHER** située avenue des sports (à côté du collège), ainsi qu'au parc du Pré Grasseur à 5 minutes à pied de la salle.
Et, bien entendu, nous nous entraînerons dès que possible sur la plage de La Mine d'or à Pénestin (se garer parking de la Source).



Programme de la semaine

- Une semaine de **pratique**, de **partage et de rencontres** ouverte à tous.
- Transmission **directe** par les **maîtres** Yan YAN et Junmin REN.
- **Pour découvrir, approfondir** les bases du Mei Hua Zhuang, **découvrir, approfondir** les variantes entre postures, les armes, la pratique libre, le Qi et plus encore !
- **Profitez de votre temps libre pour visiter le château médiéval de Ranrouët à Herbignac, la petite ville de La Roche Bernard au bord de la Vilaine, la côte d'Amour et ses nombreuses plages ainsi que le Parc Naturel régional de la Brière ...**
- **Repas convivial le jeudi soir**

Dimanche 13	Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18
9h Accueil					
10h–13h Pratique au Gymnase	9h–12h Pratique	9h–12h Pratique		9h-12h Pratique	9h-12h Pratique
Pause repas		Pause repas		Pause repas	
15h - 18h Pratique	Après-midi libre	14h30 - 17h30 Pratique	Journée libre	14h30 - 17h30 Pratique	15h00 Préparation démon 16h00 Démonstration
18h: Pot de l'amitié				19h00 Apéritif offert par l'AE Repas et soirée de clôture	

Les horaires sont susceptibles de changer en fonction des marées

Hébergements

Vous pourrez choisir de vous loger dans la campagne environnante ou plus proche du bord de mer vers Pénestin ou Assérac.

Si vous choisissez de loger dans un gîte vous trouverez un vaste choix auprès du site des Gîtes de France de Loire Atlantique ou du Morbihan

Il y a de nombreux campings à Pénestin, Camoël, Férel, La Roche Bernard ,Assérac, Herbignac, Saint-Lyphard....

Vous trouverez de nombreux renseignements auprès de l'office du tourisme de la presqu'île: 02.40.24.34.44

Dans tous les cas, pensez à réserver vos hébergements au plus vite car la région est très touristique.



Pour tout renseignement complémentaire, possibilité de contacter l'ASL de Nivillac:

Isabelle: **0682827321**

Gwenaëlle: **0635583036**

Céline: **0670793203**

Formulaire d'inscription rencontre d'été à HERBIGNAC

La participation à la rencontre nécessite l'adhésion à l'Association Européenne de Mei Hua Zhuang
Le stage est gratuit pour les jeunes de moins de 18 ans à jour de leur cotisation (37€)

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

CP: _____ Ville: _____

Tel : _____ Mail : _____

*** Je suis déjà adhérent(e) ou j'ai déjà pratiqué le MHZ :**

Nom du groupe/ASL actuel : _____

Je ne suis pas à jour de ma cotisation (74€) -----

Je m'inscris à la semaine complète (120€) -----

Je m'inscris à une ,deux ou trois journées (30€ la journée) -----

***Je n'ai jamais pratiqué le MHZ :**

Adhésion à l'Association Européenne(37€) -----

Je m'inscris à la semaine complète(120€) -----

--
Je m'inscris à une, deux ou trois journées (30€ la journée) -----

*** J'ai moins de 18 ans et je participe au stage**

Nom du groupe/ASL actuel: _____

Je ne suis pas à jour de ma cotisation(37€) -----

***Je participe au repas du jeudi soir à La Chope des Marais
(38 rue de la Brière 44410 la Chapelle Des Marais)**

-Menu adulte accompagné d'un verre de vin ou de cidre (24,50€)x nombre -----

choix de plat : gratin de poisson ----- nombre :

parmentier de canard ----- nombre :

risotto aux légumes de saison ----- nombre :

choix de dessert : far breton ----- nombre :

tiramisu ----- nombre :

-Menu enfant accompagné d'un verre de sirop (10,50€) x nombre -----

choix de plat : steak haché frites maison --- nombre :

poulet pané frites maison --- nombre :

choix de dessert : far breton ----- nombre :

tiramisu ----- nombre :

----- TOTAL € -----

Apéritif offert par l'AE : kir ou cocktail sans alcool _____

Le formulaire complété et accompagné du chèque correspondant libellé à l'ordre de l'AE
(encaissé après la rencontre) sont à envoyer par courrier avant le 30 avril 2025 à :
Philippe GUET 319, route du Four 73230 SAINT-JEAN d'ARVEY

Contact AE MHZ : Véronique DORGLER 06 81 18 11 81