



**27<sup>ème</sup> rencontre d'été**  
de l'Association Européenne de  
Mei Hua Zhuang

Du 12 au 17 juillet 2026  
**NANT en Aveyron**



Animée par Yan YAN et Junmin REN  
Maîtres de la XVIIIème génération

# 1. LIEU DE LA RENCONTRE

La rencontre aura lieu à NANT dans l'Aveyron ....



## 5 BONNES RAISONS DE VENIR CHEZ NOUS...

DÉCOUVRIR LE LARZAC ET LES VALLÉES DE LA DOURBIE, DE LA SORGUES ET DU CERNON, C'EST FAIRE APPEL À SES CINQ SENS ET EN APPRÉCIER TOUTES SES ESSENCES...

### ADMIRER

NOS PAYSAGES GRANDIOSES AUX RELIEFS CONTRASTÉS

Depuis les plateaux du Larzac ou du Guilhaumard, les villages perchés de Cantobre ou de la Bastide-des-Fonts, **prenez de la hauteur** pour contempler les vallées. Le spectacle est saisissant et invite à l'émerveillement.

Sur le pic de Cougouille (Ste-Eulalie de Cernon), à la Croix de Crépounac (Viala du Pas de Jaux) ou à la Sentinelle (St-Jean du Bruel), des tables d'orientation vous aideront à interpréter ces paysages colorés façonnés par la nature et par l'homme.

De splendides panoramas qui **valent le coup d'œil!**

### DÉCOUVRIR UNE TERRE QUI A DU PIQUANT

Dans les années 1970, les paysans du Larzac ont protégé leurs terres de l'extension du camp militaire. Cette lutte dura une décennie et mobilisa de nombreux soutiens. Elle a forgé l'identité de cette **terre de caractère et d'entraide**.

Le marché paysan de Montredon, en été, est un lieu emblématique où se retrouve une poignée d'anciens acteurs de cette lutte qui auront le goût de vous faire partager leur histoire! Vous pourrez y **déguster de délicieuses spécialités** vendues directement par les producteurs locaux.

### EFFLEURER

L'HISTOIRE DES TEMPLIERS-HOSPITALIERS

En franchissant les portes des **villages Templiers et Hospitaliers**, vous caresserez pour un instant, l'histoire de ces moines soldats qui ont bâti ces monuments aujourd'hui encore exceptionnellement bien conservés.

Découvrez la **commanderie la mieux préservée de France** à Ste-Eulalie de Cernon, la tour-grenier du Viala-du-Pas-de-Jaux, les joyaux architecturaux de la Cavalerie et la Couvertoirade (Plus Beaux Villages de France), ou encore le fort de femmes de St-Jean d'Alcas...

### LÂCHER PRISE

ET SE DÉTENDRE AU BORD DE LA RIVIÈRE

Les gorges de la Dourbie offrent un environnement privilégié pour un **moment de farniente**. Plages aménagées ou petites criques sauvages les pieds dans l'eau, à vous de choisir!

Le charme de cette nature authentique et surplombée de roches sculptées par la rivière, en font un lieu tout indiqué pour poser son esprit.

**Prêtez l'oreille à la mélodie de ces eaux claires et pures** qui vous berceront au fil de vos pauses délestées!

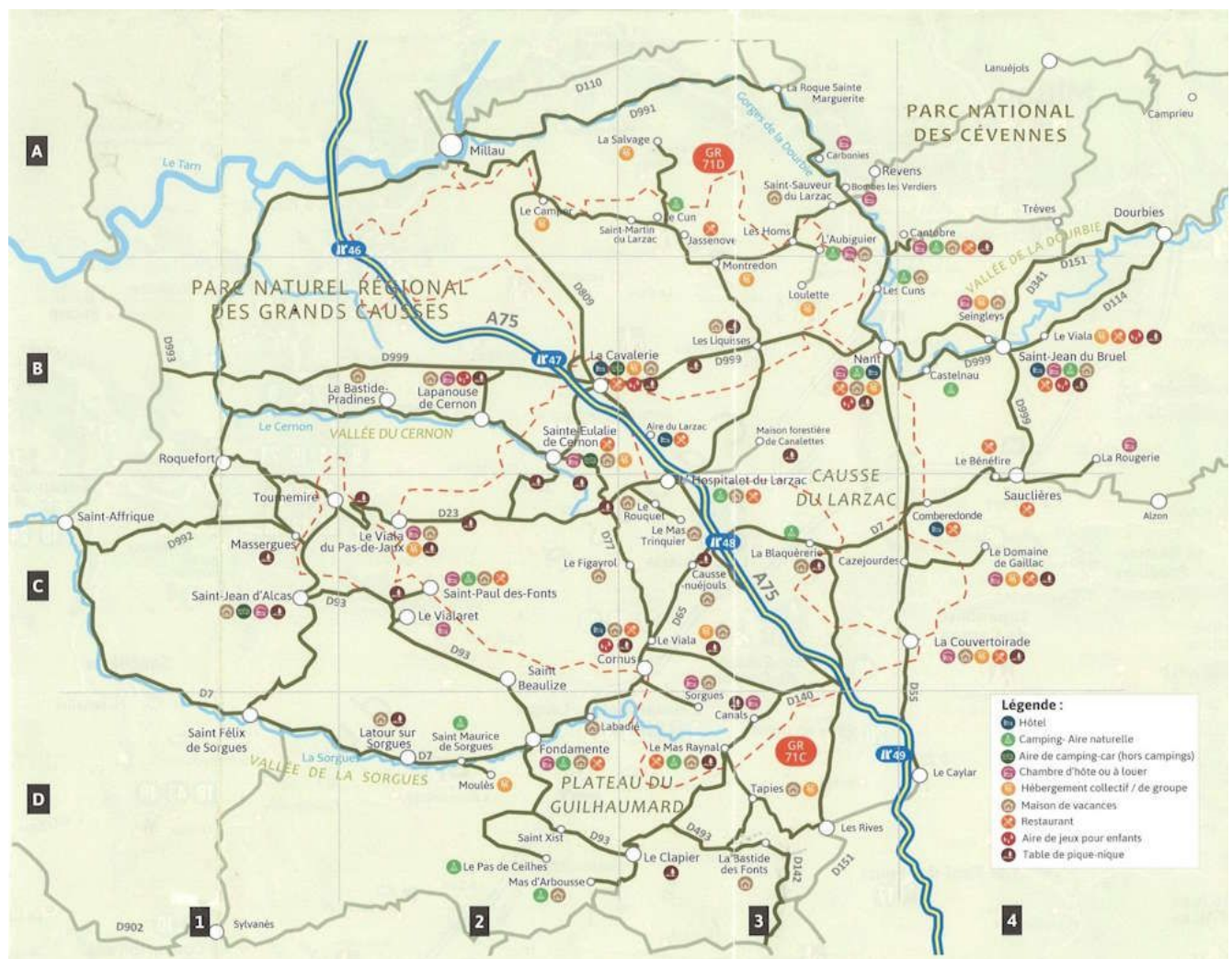
### RESPIRER

L'ARÔME D'UNE NATURE PRÉSERVÉE

Au printemps et à l'automne, la **nature émane de délicieuses senteurs**, de fleurs ou de mousse, qui suscitent l'envie de mettre le nez dehors... Entre le plateau du Guilhaumard, **reconnu pour sa richesse florale**, les forêts verdoyantes ou les causses parfumés de thym, de nombreuses balades sont à découvrir.

Cazelles, lavognes, buisseries parsèment également les chemins de balade au cœur des «Causse et Cévennes», **paysages de l'agropastoralisme Méditerranéen reconnus par l'UNESCO en 2011**.





## 2. MOYENS D'ACCES

### Par la route :

- En venant du Nord ou de l'Est : Prendre A75 Sortie 47 à LA CAVALERIE Puis D 999  
En venant du Sud : Après Le CAYLAR sur L'A75 Sortie 48 Prendre la D7  
En venant de l'ouest : de Montpellier Prendre A 75

**En train :** Gare à MILLAU [WWW.sncf-connect.fr](http://www.sncf-connect.fr)

**En bus :** de Montpellier ligne Lio no 234 « Montpellier St Affrique » arrêt à La Cavalerie (coût 2 €)

## Lieux de la rencontre :

La rencontre d'été aura lieu dans le village de NANT



La source du **Dourzon** : tapie dans un écrin de verdure, cette résurgence spectaculaire marque le point de sortie des eaux souterraines du Causse du Larzac



Pause rafraîchissante au bord de la **Dourbie**



Dans le village :  
Libre service  
Boulangerie pâtisserie  
Boucherie  
Café, restaurants  
Boutiques  
Agence postale  
Garage station service  
Centre de soins



**La pratique** aura lieu **dans le camping « le Roc qui parle »** situé sur la D991, route de Millau, au lieudit « les CUNS » à 3 mn en voiture de NANT (12)

Celui-ci dispose d'un terrain en bordure de la Dourbie qui sera laissé à la disposition de tous les pratiquants (même ceux logeant ailleurs) avec la possibilité de garer nos véhicules pour se rendre sur le lieu.

**Nous invitons vivement les pratiquants qui souhaitent camper ou venir en camping-car à réserver dans ce lieu.**

Tel 05 65 62 22 05 – 06 08 14 09 79 internet : [www.camping-roc-qui-parle-aveyron.fr](http://www.camping-roc-qui-parle-aveyron.fr)

En cas de pluie, le hall polyvalent situé derrière la mairie de Nant nous est réservé. (Gymnase)





### 3. PROGRAMME DE LA SEMAINE

Une semaine de pratique et de partage 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 !
- Visite du beau village de Nant perché à 486 mètres d'altitude, situé dans la vallée de la Dourbie.  
Le village est entouré du côté ouest par le Causse du Larzac et à l'est par le Causse Bégon juste avant les Cévennes.
- Repas le jeudi soir
- Du temps libre pour se reposer et profiter de la région

MILLAU : Ville d'art et d'histoire, cité du gant et le viaduc de Millau

Pays de ROQUEFORT et Agropastoralisme

Cirque de Navacelles et le LARZAC MERIDIONAL avec LODEVE

PAYS CEVENOL avec le MONT AIGOUAL et Le VIGAN

Le LARZAC avec ses 5 cités templières et Hospitalières

**La validation des inscriptions se fera au camping du « Roc qui parle » , le dimanche à 9h**

Dimanche 12	Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17
9h00 Accueil	9h00 – 12h00 Pratique	9h00 – 12h00 Pratique	Journée libre	9h00 – 12h00 Pratique	9h00 – 12h00 Pratique
10h00 – 13h00 Pratique					
Pause repas	Après-midi libre	Pause repas		Pause repas	Pause repas
15h00 – 18h00 Pratique		14h30 – 17h30 Pratique		14h30 – 17h30 Pratique	15h00 Préparation démonstration
18h00 Pot de l’amitié					

N.B. Les horaires sont susceptibles de changer en fonction des conditions météorologiques.

## 4. HEBERGEMENTS

Possibilité d'hébergements en camping, en gîtes, en locations meublées.

**N'attendez pas pour réserver, les touristes sont nombreux en été.**

### **Rappel : CAMPEURS ET CAMPING CARS : Camping du « Roc qui parle »**

Tel 05 65 62 22 05 – 06 08 14 09 79

internet : [www.camping-roc-qui-parle-aveyron.fr](http://www.camping-roc-qui-parle-aveyron.fr)

(Plus de gîte ou mobil homes disponibles dans ce camping)

### **Pour GITES ET MOBIL HOMES :**

<https://www.tourisme-aveyron.com/fr/decouvrir/villes-et-villages/nant/hebergements>

Mobil homes dans « Camping les 2 Vallées » Route de l'estrade Basse 12230 NANT – à l'entrée de Nant

Tel 05 65 62 26 89 internet : [www.lesdeuxvallees.com](http://www.lesdeuxvallees.com)

Hébergements possibles aussi au « domaine du Roc Nantais » (centre-ville – village de vacances avec chambres)

et au Domaine de Gaillac (14 mn de Nant ancienne bergerie – chambres familiales, gîtes)

**N'hésitez pas à contacter l'Office de Tourisme Larzac et Vallées Place du Claux – mairie – 12250 NANT : 05 65 62 23 64**

Pour tout renseignement complémentaire vous pouvez joindre :

Martine Rodriguez : 06 43 34 70 41 ou Martine Parguel : 06 78 14 05 30

## 5. REPAS DE LA SOIREE DE CLOTURE

Le repas de la soirée de clôture aura lieu au « **Domaine de Gaillac** » sur le Causse du Larzac 12230 SAUCLIERES

Départementale 55 au KM 8.5 - Direction la Couvertoirade



## 6. INSCRIPTION

L'inscription se fait uniquement via le formulaire que vous pouvez télécharger sur le site de L'AE :

<https://www.meihuazhuang.org/rencontres>

La fiche d'inscription peut être éditée et complétée directement depuis Adobe Reader.

Elle doit être envoyée par email à **mh73@free.fr**