



VOYAGE CULTUREL ET SPIRITUEL EN CHINE

Montagne sacrée du Wudang

23 OCTOBRE - 6 NOVEMBRE 2027

Avec Maître YUN He et HE Yan

Institut La Grue Blanche
secretariat@lagrueblanche.com
www.lagrueblanche.com



C'est avec une grande joie et beaucoup d'enthousiasme que nous vous convions à notre 7e voyage d'études aux Monts Wudang : Immersion au Cœur du Taoïsme et des Arts Énergétiques.

Classés au patrimoine mondial de l'UNESCO, les Monts Wudang constituent l'un des hauts lieux de la spiritualité. Leurs sommets brumeux abritent des monastères séculaires et des écoles d'arts martiaux traditionnels, où les maîtres perpétuent une sagesse millénaire.

Pendant ce séjour, vous pratiquerez le Qi Gong et la méditation avec Maître YUN He, de la 16e génération du style Xuanwu de Wudang, ainsi qu'avec HE Yan, professeur de l'Institut La Grue Blanche.

L'initiation aux rituels d'abondance et de protection, ainsi que la découverte de la musique taoïste, feront également partie du programme. Rejoignez-nous pour deux semaines d'immersion au cœur de cette expérience énergétique et spirituelle. Les places sont limitées !



Arts
Taoïstes
du
Wudang

道



SAMEDI 23 OCTOBRE 2021

Rendez-vous à l'aéroport de Paris - Charles De Gaulle (CDG) pour l'enregistrement sur Air China vol CA 876 pour Pékin (PEK).
Décollage à 12h30

DIMANCHE 24 OCTOBRE 2021

Matin : arrivée à Pékin (PEK) à 04h35.
09h15 : décollage pour Shiyang Wudangshan(WDS) sur Air China
- vol CA 1923, arrivée à 11h15.
Transfert à l'hôtel (à moins d'1 heure de l'aéroport en car) dans la petite ville au pied de la Montagne. Déjeuner, repos.
Après-midi : visites de l'ancienne ville de Wudangshan, de **Yuxu Gong** 玉虚宫 Temple de la Vacuité de Jade ...
Dîner : 18h-19h En soirée : temps libre.



LUNDI 25 OCTOBRE 2021

6h30-7h15 : pratique de Qi Gong avec HE Yan.
7h30-8h30 : Petit-déjeuner à l'hôtel.
9h00-11h30 : visite d'un Centre de Médecine Chinoise. Possibilité de faire un bilan énergétique.
12h00-13h00 : déjeuner.
13h30-14h30, repos.
15h00 : départ à l'Ecole de Maître YUN He, à environ 30 minutes de trajet en car, s'installer dans les chambres d'hôtes.
17h-18h : dîner.
En Soirée : temps libre ou pratique de la méditation.

MARDI 26 - DIMANCHE 31 OCTOBRE 2021

_7h30 - 8h30 : Petit-déjeuner.
9h00-11h30 pratique de Wudang Qi Gong 5 Eléments et 6 Harmonies avec Maître YUN He.
12h00-13h00 : déjeuner.
13h00-14h00 : repos.
14h30-16h30 pratique de Wudang Qi Gong 5 Eléments et 6 Harmonies avec Maître YUN He.
17h00-18h00 : dîner.
En soirée : temps libre ou pratique de la méditation.
Pendant ce séjour, découverte aussi de l'art du thé.
Possibilité de faire des soins dans des cabinets de Médecine Taoïste.



LUNDI 1 NOVEMBRE 2021

7h30-8h30 : petit-déjeuner.

9h00-10h00 : départ pour le Temple des Nuages Pourpres [Zi Xiao Gong](#) 紫霄宮. S'installer à l'hôtel près du Temple.

11h30-12h30 : déjeuner au restaurant.

13h00-14h00 : repos.

14h30-17h00 : visite du Temple des Nuages Pourpres, pratique de Qi Gong avec HE Yan, assister aux rituels Taoïstes.

17h30-18h00 : dîner - repas végétarien au Temple.

MARDI 2 - JEUDI 4 NOVEMBRE 2021

6h30-7h15 : pratique de méditation avec HE Yan.

7h30 - 8h30 : petit-déjeuner à l'hôtel.

9h00-11h30 : Initiation aux rituels Taoïstes d'abondance et de protection au Temple.

12h00-13h00 : déjeuner au restaurant.

13h30-14h30 : repos.

15h00-17h00 : pratique de Qi Gong des soins avec HE Yan au Temple des Nuages Pourpres, ou au Temple du Rocher du Sud [Nanyan](#) 南岩宮.

17h30-18h00 : dîner au Temple - repas végétarien.

En soirée : temps libre ou pratique de méditation.

Pendant ce séjour, possibilité de faire des soins dans des cabinets de Médecine Taoïste.



VENDREDI 5 NOVEMBRE 2027

6h30-7h30 : petit-déjeuner.

8h00 - 11h00 : randonnée au Sommet Doré Jinding 金顶.

11h30-12h30 : déjeuner au Temple du Jinding.

13h00-15h30 randonnée - retour à l'hôtel.

Possibilité de prendre la navette et le téléphérique pour aller-retour.

武当山

SAMEDI 6 NOVEMBRE 2027

7h00-7h45 : petit-déjeuner.

8h00-9h00 : descente de la Montagne par navette et aller à l'aéroport Shiyan Wudangshan (WDS). Engistrer sur Air China - vol CA 1924.

12h05 : décollage pour l'aéroport de Pékin (PEK).

14h10 : arrivée à Pékin (PEK).

Escale à Pékin.

DIMANCHE 7 NOVEMBRE 2027

02h50 : décollage sur Air China - vol CA875 pour Paris CDG. Arrivée à Paris CDG à 07h05.



INFORMATIONS PRATIQUES

Prix du séjour : 2600 eur (hors le prix des billets d'avion).

Prix adhérents : 2500 eur.

Prix stagiaires en formation : 2400 eur si inscription avant fin novembre 2026.

Ce prix comprend :

- La pension complète en hôtels en chambre double (Toutes les chambres sont climatisées avec salle de bains privée).
- Transports à l'intérieur en Chine en car ou taxi.
- Les visites mentionnées dans le programme.
- L'enseignement du Qi Gong.

Sont exclus :

- Les billets d'avion internationaux et inter-Chine (Vous devez les réserver par vous-même).
- Les pourboires.

Païement du prix du voyage :

- 800 € à l'inscription.
- 900 € avant fin avril 2027.
- 900 € avant fin août 2027.

En cas d'annulation :

En cas de force majeure prouvée par le participant avec justificatif : remboursement des sommes versées sauf les 100 € de frais de dossier pour l'Institut La Grue Blanche.

INFO VISA TOURISTIQUE

POUR UN SÉJOUR TOURISTIQUE EN CHINE DE 30 JOURS OU MOINS, LES CITOYENS FRANÇAIS TITULAIRES D'UN PASSEPORT ORDINAIRE N'ONT PAS BESOIN DE VISA

Supplément pour chambre individuelle : 520 euro.
Chaque participant réserve ses billets d'avion et le groupe voyagera ensemble.

Institut La Grue Blanche

La Cour d'Elise

33 Grande Rue

69380 Chazay d'Azergues

06 95 43 08 58 (pas de SMS svp)

secretariat@lagrueblanche.com

www.lagrueblanche.com



FICHE D'INSCRIPTION

Voyage Culturel et Spirituel - Montagne sacrée du Wudang Du 23 octobre au 6 novembre 2027

Monsieur / Madame (entourer la bonne mention)

Nom et Prénom (comme indiqués sur votre passeport) _____

Date de naissance _____

N° de passeport _____

(Nous vous rappelons que la date d'expiration de votre passeport doit être supérieure à 6 mois après la date de retour en France)

Adresse en détails _____

Téléphone portable _____

Email _____

Personne à contacter en cas d'urgence :

Nom et prénom _____ N° de portable : _____

Je joins à la fiche d'inscription une copie du passeport en cours de validité.

Une fois la présente fiche remplie et signée, veuillez nous la renvoyer par email accompagnée de la copie du passeport à l'adresse suivante: secretariat@lagrueblanche.com

Renseignements par téléphone portable : 06 95 43 08 58 (Pas de SMS svp).

J'ai bien noté que le prix total de ce voyage est de 2600 € (hors le prix des billets d'avion).

Je m'inscris au voyage en Chine qui aura lieu du 23 octobre au 6 novembre 2027 et réglerai la somme de 800 euro par virement dès la réception de l'AR de mon inscription.

Je payerai le solde de 1800 euro par virement en respectant les échéances suivantes : 900 € avant fin avril 2027 et 900 euro avant fin août 2027.

J'ai besoin d'une chambre individuelle et payerai le supplément de 520 € dès l'inscription.

Je certifie que mon état de santé me permet de faire cette retraite sans difficulté.

J'ai bien pris connaissance du programme prévisionnel ainsi que des conditions d'hébergement.

Date

Signature