

# ***STAGE NATIONAL D'ETE***

武  
術

***QI GONG***

*La Danse de l'Univers*

功  
夫

*à Celle Macra , en Italie près de CUNEO  
(Piedmont)*

*(1300 m d'altitude, en pleine nature)*

***du 20 au 25 Juillet 2026***

*Instructeur, LA PERNA GREGORY Ceinture noire Troisième Duan de Kung-Fu  
(enseignant d'arts martiaux traditionnel chinois de l'école Long Wai Man)*



Renseignements : Coordinateur national : Grégory.L : 07.51.05.33.19  
Taolong-lavoiedudragon : 1 av des chutes lavie, 13004 Marseille  
Internet : lavoiedudragon@outlook.fr

**FICHE D'INSCRIPTION FICHE D'INSCRIPTION**

Merci de remplir ce formulaire en majuscules

M.

Mme.

NOM et Prénom :	
Date de Naissance :	
Adresse complète :	
Numéro(s) de Téléphone	
E-mail (en majuscule) / Site Internet :	
Profession :	
Style pratiqué / Nom du Club :	
Nbre d'années de pratique/Grade :	
Diplôme(s) ou titre(s) sportif(s) :	
Autre(s) discipline(s) et/ou sport(s) :	
Comment avez-vous connu ce stage	
Avez-vous des problèmes de santé particuliers ? Ou une alimentation spécifique ?	

Renseignements : Coordinateur national : Grégory.L : 07.51.05.33.19  
Taolong-lavoiedudragon : 1 av des chutes lavie, 13004 Marseille  
Internet : lavoiedudragon@outlook.fr

**MODALITES D'INSCRIPTIONS**

Pour le Stage d'été QI GONG,

A COCHER	FORMULES	
	COURS	200.00 €

La réservation des logements sont à la responsabilité du stagiaire, nous pourrions fournir de l'aide pour la traduction ou la mise en relation,

logements :

**Pour réserver à l'hôtel du village ou GTA**Site : <https://lacusino.it/> Téléphone : +39 338 6834448

Mail : lacusino@gmail.com

**Pour réserver au B&B**Site : <https://www.labuneta.it/> Téléphone : +39 347 0036876 Cell: + 39 338

Mail : info@labuneta.it

**RESERVATION**

Je soussigné(e),....., demeurant.....  
 .....

**Déclare vouloir m'inscrire au STAGE D'ÉTÉ de QIGONG**  
**dirigé par GREGORY LA PERNA,**  
**du 20 au 25 Juillet 2026.**

Je m'engage à verser la somme .....€ de ma participation à ce stage  
 (libeller le chèque à l'ordre de « **LA PERNA GREGORY** »).

En cas de désistement les arrhes ne seront pas remboursées sauf cas exceptionnels  
 (imprévisibilité, irrésistibilité).

Fait à, ..... le,  
**SIGNATURE OBLIGATOIRE (signature des parents obligatoire pour les enfants mineurs)**

## **PROGRAMME DE LA SEMAINE \***

*Début des cours Lundi 'après midi*

- Enchaînement de LA DANSE DE L'UNIVERS
- Techniques d'applications martiales
- Etude des déplacements et mouvements du corps
- Travail de respiration et de coordination

<i>Jour</i>	<i>Matin 9H30-11H30</i>	<i>Après Midi 14H30-16H30</i>
<i>Lundi</i>	Arrivée	Entraînement (léger)
<i>Mardi</i>	Entraînement	Entraînement
<i>Mercredi</i>	Entraînement	Entraînement
<i>Jeudi</i>	Entraînement	Entraînement
<i>Vendredi</i>	Entraînement	Entraînement
<i>Samedi</i>	Entraînement (révision)	Départ

- Un entraînement dans un site insolite est prévu.

### **BILAN DU STAGE :**

A la fin du stage, les stagiaires auront acquis les connaissances suivantes :

- ✓ Initiation à un enchaînement de **QI GONG « La danse de l'univers »**
- ✓ Acquisition de mouvements énergétiques et martiales avec déplacements
- ✓ Acquisition de techniques d'assouplissement, d'étirement et de renforcement.
- ✓ Plus de culture de la région du Piedmont, (Cuneo)

**Nota : Le programme n'est pas contractuel, il peut varier selon les contraintes météorologiques et autres.**

## HEBERGEMENT

**Lieu** : Celle Macra – Italie

En plein cœur du village au dessus de la Mairie. Un café ainsi que d'une alimentation à proximité faisant parti de la Grande Traversée des Alpes ( G.T.A).

<b>GTA</b>		
<b>AUBERGE</b>		 
<b>B&amp;B</b>	  	



***Lieu de rendez-vous pour tous les stagiaires :***  
**Le Lundi à partir de 14h**

**« locanda borgata chiesa » à celle Di Macra (coté église)**

Plan d'accès : en Voiture 2 trajets possibles

<u>Par le col de Tende</u>	<u>Par le col de larche</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Autoroute jusqu'à Vintimille.</li> <li>➤ Prendre direction Cuneo (vallée de la Roya)</li> <li>➤ Breil,</li> <li>➤ Fontant,</li> <li>➤ Tende avec son col et son tunnel (30mm d'attente maxi)</li> <li>➤ Limone (Italie)</li> <li>➤ Vernante (Italie)</li> <li>➤ Borgo san dalmazzo (Italie)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Barcelonnette</li> <li>● Col de Larche</li> <li>● Argentera (Italie)</li> <li>● Sambuco (Italie)</li> <li>● Vinadio (Italie)</li> <li>● Demonte (Italie)</li> <li>● Borgo san dalmazzo (Italie)</li> </ul>

**Trajet commun**

- Caraglio
- Dronero
- Cartignano
- San damiano di macra
- Macra
- Celle di Macra

Renseignements : Coordinateur national : Grégory.L : 07.51.05.33.19  
 Taolong-lavoiedudragon : 1 av des chutes lavie, 13004 Marseille  
 Internet : lavoiedudragon@outlook.fr

## AUTORISATION PARENTALE

Je, soussigné..... .Père, Mère, Tuteur (1)

Demeurant à : .....

.....

Tél. :.....

### AUTORISE MON ENFANT

Nom :.....

Prénom :.....

Né(e) le : .....

à :.....

A participer au stage de QI GONG qui se déroulera à **CELLE DI MACRA** en Italie du 20 au 25 Juillet 2026.

Je donne mon accord pour tous transports et j'autorise la prise en charge médicale pour tout incident pouvant survenir pendant le stage.

Joindre obligatoirement un certificat médical de la saison " apte à la pratique des arts martiaux ".

Joindre un document de « sortie de territoire » pour l'enfant mineur.

Pendant la semaine de stage, les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vols, dégradations, etc...

A \_\_\_\_\_, le \_\_\_\_\_.

**Signature Obligatoire**

**Faire précéder la signature de la mention manuscrite " certifiée sincère et exacte "**

**(1) Rayer les mentions inutiles**

Renseignements : Coordinateur national : Grégory.L : 07.51.05.33.19  
Taolong-lavoiedudragon : 1 av des chutes lavie, 13004 Marseille  
Internet : lavoiedudragon@outlook.fr