

Chantier - Ressourcement & Entraînement à Calam

Du 18 au 30 Juillet 2016

3 à 12 jours d'une vie simple où l'on participe à la vie de Calam dans ces activités proposées :

- ✓ Jardinage
- ✓ Préparation du four à pain avant rénovation
- ✓ 2 Entraînements journaliers en commun

Quelques précisions :

- **Ce séjour comporte 4 heures de travaux journaliers :**
- **Entraînements :** Dachengchuan ou Yangsheng : Le matin 7h30 à 8h30.....Le soir à 18h
- **Les repas sont pris en commun**
- **L'hébergement en chambre individuelle ou à 2 lits**
- **La cuisine est végétarienne**

Michèle et Christian seront en retraite en Allemagne du 9 juillet au 9 Août 2016.

Mathieu et Sébastien seront les Responsables et Instructeurs de chaque séjour :

Mathieu : du 18 au 23 Juillet

Sébastien : du 25 au 30 Juillet

Participation aux Frais : Il est uniquement demandé un forfait réduit : 20 €/Jour Pension complète et entraînements (assurance comprise)

TRAVAUX

- ❖ Jardinage, défrichage, tonte de la pelouse, arrosage
- ❖ Débarrassage complet du four à pain / Rangement du bois pour l'hiver

Chacun est libre de choisir entre ces 2 possibilités de travaux.

- ❖ Si vous êtes bon cuisinier, nous vous offrons la gratuité du séjour complet en échange de la préparation des repas pour le groupe. Cette offre est valable pour un séjour au complet ou les 2.

Inscrivez-vous :

par mail : contact@centre-calam.com ou par courrier postal

A l'inscription, précisez vos dates et votre choix de chantier

Réglez la totalité du séjour au nom de M RIBERT

Quelques règles nécessaires pour garantir la qualité de votre séjour

- ❖ Nos amis les animaux ne sont pas admis
- ❖ Il est d'usage de couper les Téléphones portables il est préférable d'utiliser votre portable à l'extérieur du centre
- ❖ Il est souhaitable aussi de ne pas utiliser vos ordinateurs ou poste de radio...afin de profiter pleinement de votre séjour !
- ❖ Aucune consommation d'alcool ou intoxicants n'est autorisée
- ❖ Le centre est un espace non-fumeur