

VOYAGE AOÛT 2026

avec Lou Yan en

CHINE

ITINERAIRE 1

« Les montagnes de l'âme »
province du Guizhou

VOYAGE EN CHINE

Vos interlocuteurs

Informations générales et réservation

Lucie Calmejane

CONTACT

Par téléphone : au 06 48 35 35 47
Par mail : à lucie@le-jardin-interieur.com

Prestataire réservation billets vol internationaux, assurances

Sayed El Sol de l'Agence Panorama Tourisme
à Castelnau le Lez

CONTACT

Par téléphone : au 04 67 02 64 10
Nous vous répondrons avec plaisir du lundi au samedi,
de 9h à 12h30 et de 14h à 18h30.
Par email : agence@panorama-tourisme.fr

« Nous sommes ravis de vous compter parmi nous pour le voyage en Chine avec Lou Yan. Je suis Sayed, de l'agence de voyage Panorama Tourisme et nous travaillons en collaboration avec Lucie et Lou Yan pour l'organisation de votre voyage. C'est nous qui nous occuperons notamment de votre billet d'avion.

Afin d'effectuer la réservation de vos vols, merci de remplir le formulaire d'inscription en cliquant sur le lien internet ci-dessous »

JE RESERVE MES BILLETS D'AVION

ITINERAIRE 1

« Les montagnes de l'âme »
province du Guizhou

Un voyage rare, à échelle humaine
du 13 au 23 août 2026

accompagnement par Laure Ozanon, Zhou Jianbing et Lou Yan

11 jours au cœur du Guizhou, province préservée du sud-ouest chinois. Rizières en terrasses, montagnes karstiques classées UNESCO, villages Dong et Shui, temples zen, calligraphie ancestrale, médecine Qi thérapeutique. Pratique quotidienne du Taiji quan et de la méditation. Rencontre culturelle authentique.

Je vous propose ce voyage parce que le Taiji et les arts taoïstes ne se comprennent vraiment qu'en revenant à la source.

Nous pratiquons ici, en France, avec sérieux, profondeur, engagement. Mais sur place, quelque chose s'éclaire autrement. Le paysage, la manière dont les gens se tiennent, marchent, parlent, la relation à la nature, au temps, au silence — tout cela fait partie du Taiji, même lorsqu'aucun mouvement n'est exécuté.

En Chine, j'ai compris que notre manière occidentale de penser — analytique, structurée, logique — est précieuse. Mais elle gagne à être complétée par une autre forme d'intelligence : une pensée analogique, symbolique, portée par l'idéogramme et par la notion de vide, cet espace vivant entre deux polarités.

Le Yin-Yang, là-bas, cesse d'être un symbole que l'on explique. Il devient une manière d'observer la vie : dans les saisons, dans la posture, dans la relation, dans la respiration.

L'expérience sur place permet de sentir autrement les principes que nous travaillons en salle, d'affiner la perception du centre, d'élargir la compréhension du Yin-Yang, et de replacer le geste dans un contexte culturel vivant qui élargit la vision.

Lorsque j'étais jeune homme auprès de Maître Chu, la culture chinoise me semblait lointaine. Aujourd'hui, après des années de pratique, je mesure combien cette rencontre oriente notre compréhension et nous complète.

Ce voyage n'est pas un stage technique.

C'est une expérience sensible.

Avec Laure, Zhou Jianbing qui connaissent le pays de l'intérieur, nous pourrons entrer dans une relation plus directe.
Et je peux vous dire une chose : au-delà des différences apparentes, il existe une proximité humaine évidente.

Je suis convaincu que, pour un Occidental qui pratique les arts énergétiques et la méditation taoïste, vivre la Chine quelques jours transforme la profondeur du travail. On revient avec moins d'idées… et plus de connaissance vécue.

Là-bas, je vous ferai pratiquer bien sûr la forme de Taiji quan style yang originel, le Qi Gong et la méditation, mais surtout l'art de voir : la lecture de l'ombre, des objets, des paysages
— et quelques surprises dont j'ai le secret !

Lou Yan 02.02.2026

Table des matières

Informations générales et réservation....2
Prestataire réservation billets vol internationaux, assurances....2
PROVINCE DU GUIZHOU itinéraire 1 « Les montagnes de l'âme »....6
Présentation par Laure Ozanon....6
Les architectes du voyage....6
Aspect pratique....7
Itinéraire de 12 jours....7
Jour 1 – 12 a*oût* – Départ de Barcelone pour la Chine....7
Jour 2 – 13 a*oût* – Shuitouzhai....7
Jour 3 – 14 a*oût* – Shuitouzhai....7
Jour 4 – 15 a*oût* – Shuitouzhai....8
Jour 5 – 16 a*oût* – Shuitouzhai- Jiuzhou....8
Jour 6 – 17 a*oût* – Jiuzhou – Yuntai – Jiuzhou....9
Jour 7 – 18 a*oût* – Jiuzhou – Baiyan....9
Jour 8 – 19 a*oût* – Baiyan – Zengchong – Huanggang....10
Jour 9 – 20 a*oût* – Huanggang – Zhanli – Huanggang....10
Jour 10 – 21 a*oût* – Huanggang-Sandu....11
Jour 11 – 22 a*oût* – Sandu-Guiyang....12
Jour 12 – 23 a*oût* – Guiyang....12
Avec joie de vous accompagner !....13
À qui cette expérience s'adresse ?....13
Centres d'intérêt des voyageurs....13
Nos engagements....14
Nos garanties....15
L'accompagnement de Lou Yan, disciple de master Chu King Hung....16
MEMO Itinéraire 1....17
Villes et villages visités....17
Sites naturels visités....17
Musées, temples, sites historiques et culturels....17
Richesses patrimoniales....18
CARTE VISUELLE DU PARCOURS....19
Itinéraire 1 – Province du Guizhou (12 jours)....19
Les tarifs....20
Conditions tarifaires détaillées itinéraire 1....20
Offre....20
Le tarif comprend....20
Le tarif ne comprend pas....20
POLITIQUE ANNULATION....21
Processus de réservation....22
Annexes....22

PROVINCE DU GUIZHOU
itinéraire 1

« Les montagnes de l'âme »

Présentation par Laure Ozanon

Nous avons choisi le Guizhou une province qui détient le record de paysages préservés à travers les montagnes, les villages de charme et les traditions séculaires pour dérouler sous vos pieds une Chine sensible et généreuse.

Sur une commande de Lou Yan et Lucie, nous avons conçu cette immersion unique pour vous faire toucher de l'âme la philosophie chinoise par tous vos sens.

Tout au long de votre itinéraire vous aurez des RDV, des rencontres, des partages :

- Lieu de méditation,
- marche dans les rizières,
- jardin de thé,
- chant chez les Dong,
- écriture ancestrale chamanique,
- praticien Qi thérapeutique à Guiyang selon disponibilité, logement de charme dans les rizières en terrasse …

ainsi que des espaces de toute beauté pour vous ressourcer dans vos pratiques en groupe et individuellement.

Nous avons conçu cette découverte autant pour son authenticité, ses richesses à échelle humaine que pour tout l'espace offert pour vos pratiques.
Nous vous souhaitons déjà une belle route.

Les architectes du voyage

Laure Ozanon aujourd'hui praticienne MTC parlant chinois a été guide conférencière pendant plus de 20 ans en Asie. Elle a conduit avec Zhou plus de 30 ans de voyage en Chine surtout au Guizhou.

Zhou Jianbing Guide francophone passionnée d'ethnographie connait sa province natale par cœur. Il sait en partager les joyaux culturels et humains avec beaucoup de générosité.

Aspect pratique

Circuit en Chine de 11 jours point d'arrivée et de départ Guiyang province du Guizhou, possibilité d'extension ailleurs en Chine avant et/ou après votre séjour. A ce jour pas de visa nécessaire.

Voyage ITINÉRAIRE 1 ouvert aux + de 15 ans. Même tarif que adulte.

Itinéraire de 12 jours

Jour 1 – 12 août – Départ de Barcelone pour la Chine

Vol de Barcelone à Pékin
Sans escale, vol direct, compagnie AIR CHINA

ou vol de votre choix avec arrivée à Guiyang le 13 août

Jour 2 – 13 août – Shuitouzhai

Arrivée à Pekin le lendemain du départ et Transfert à Guiyang (arrivée à 10h30)
Accueil à l'aéroport de Guiyang, puis transfert à l'auberge de charme Indigo. Il s'agit d'un lieu apaisant en bord de rivière Qinglong où toutes les conditions sont réunies pour entrer de plain-pied dans la Chine profonde et d'absorber le décalage horaire en douceur.

Lorsqu'il est 15H00 en France il est 21H00 en Chine.

Si l'énergie est au RDV vous pourrez tout de suite avoir une pratique Taiji, le lieu s'y prête.

Jour 3 – 14 août – Shuitouzhai

Petit déjeuner à la chinoise sur place puis temps de pratique pour votre école.

Excursion (6km) au Village de Wangche.

Rencontre possible avec le maitre d'une école de calligraphie, pratique possible organisée par Laure Ozanon.

Retour à l'écolodge Indigo.



Jour 4 – 15 août – Shuitouzhai

Le matin visite la plantation de thé sur la colline de Cent Fleurs puis temps de pratique

balade dans le village Buyi de Matouzhai.

Dans l'après-midi, visite des gorges de Xianghuoyan, promenade entre les étroites falaises, découverte des grottes et des cascades.

Jour 5 – 16 août – Shuitouzhai- Jiuzhou

Matinée avec temps de pratique

puis route vers la ville historique de Jiuzhou dans la région de Huangping.

Cette étape permet de comprendre les enjeux de l'époque Ming qui a beaucoup disséminé les Tunbaoren dans une contrée fortement marquée par la diversité ethnique. Les ruelles sont pleines de charme et c'est assez doux d'entrer en contact avec une ville chinoise à échelle humaine.

Visite d'un temple,

Possibilité de pratique pour votre école dans le Jardin du puits.

Nuit sur place.

Jour 6 – 17 août – Jiuzhou – Yuntai – Jiuzhou

En matinée départ le long de la vallée du Wuyang et le Mont Yuntai, qui possèdent certains des plus beaux Karst de la region, aujourd'hui classés au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Possibilité de pratiques.

Visite du Mont Yuntai.

Retour à Zhenyuan.

Nuit à Zhenyuan dans l’hôtel.



Jour 7 – 18 août – Jiuzhou – Baiyan

Route vers la region de Leishan, visite du village de Langde construit à flanc de montagne situé dans les monts du Tonnerre, montagne sacrée des Miao.

Baiyan est encore peu touché par le tourisme. Entouré par des fabuleuses rizières en terrasse.
Nuit à l'auberge Xunmei dans le village de Baiyan.
Magnifique cadre pour les pratiques.



Jour 8 – 19 août – Baiyan – Zengchong – Huanggang

Route vers le village Dong de Zenchong enchâssé dans une boucle de rivière à 640 m d'altitude.

Le village est entouré de collines découpées en terrasses et possède la plus ancienne tour du Tambour de Chine (1672 Dynastie Qing).

Ensuite, route vers le village Dong de Huanggang très vivant et bien préservé.

Nuit à Huanggang lieu propice aux pratiques.

Jour 9 – 20 août – Huanggang – Zhanli – Huanggang

~ 1h30 de route

La matinée est consacrée à la découverte des villages autour de Huanggang: village Dong de Xiaohuang connu pour les chants,

village Dong de Zhanli qui se distingue par ses perchoirs alignés sur les berges de la rivière.

Le lieu sera propice aux pratiques.



Jour 10 – 21 août – Huanggang-Sandu

Route vers la région des peuples de l'eau « Shui ». Selon les dates vous aurez l'occasion de vous arrêter en cours de route dans les marchés toujours très animés et de rencontrer des ethnies Shui et Miao qui portent leurs costumes traditionnels de manière naturelle.

Visite d'un très beau village Shui de Zenlei.

Vous visiterez aussi le Centre du patrimoine culturel immatériel puis pratiquerez la calligraphie Shui avec le maître.

Etape à Sandu qui permet de voir de beau paysage naturel et de rencontrer des maitres qui connaissent l'écriture chamane.





Jour 11 – 22 août – Sandu-Guiyang

Retour vers la capitale Guiyang.

Visite et pratique au temple du bouddhiste Zen de Hongfu.

Nous organiserons une rencontre avec un médecin maitre du Qigong thérapeutique dans son cabinet medical (selon ses disponibilités).

Puis visite de la tour Jia Xiu lieu agréable de pratique pour votre école.

Rencontre avec Chen Qiji un artiste peintre renommé dans sa province.

Jour 12 – 23 août – Guiyang

Fin de circuit avec Laure Ozanon et Zhou Jianbing
Démarrage Itinéraire 2 avec transfert Guiyang – Wudangshan
ou Départ vol international de retour

Avec joie de vous accompagner !

À qui cette expérience s'adresse ?

À ceux qui :

- pratiquent le Taiji, le Qi Gong, la calligraphie, le feng shui ou la méditation
- soignent par l'énergétique chinoise, l'acupuncture, les thérapies holistiques
- accompagnent l'humain : enseignants des arts corporels, de mouvementen conscience,...
- ressentent l'appel de la source, de la tradition chinoise
- veulent vivre la Chine de façon authentique
- cherchent un approfondissement réel, incarné
- aux + de 15 ans

Ce n'est pas un voyage pour "voir".
C'est un voyage pour **se transformer par le lieu, les rencontres et les pratiques**.



Centres d'intérêt des voyageurs

- Recherche d'authenticité, pas de folklore
- Besoin d'espace et de temps pour pratiquer, pour méditer

- Sensibles à la dimension spirituelle et énergétique
- Intérêt pour les cultures traditionnelles
- Goût pour les rencontres humaines vraies et les paysages naturels

Nos engagements

Promesse

- Vivre une immersion sensible dans la Chine profonde
- Pratiquer le Taiji dans des lieux naturels et sacrés
- Toucher la philosophie chinoise par l'expérience directe

Engagements

- Hébergements de charme et lieux propices à la pratique
- Accompagnement de Lou Yan, expert en taiji quan style yang originel, thérapeute, formateur et créateur de voyages en Egypte, en Inde, en voilier
- Rencontres avec maîtres : calligraphie, Qi thérapeutique, médecine, taiji quan
- Accompagnement par guides experts francophones : Laure Ozanon, Zhou Jianbing
- Organisation : transport privé, entrées, pension complète

Retour sur investissement

- Meilleure compréhension de la culture chinoise et des traditions
- Régénération par une pratique quotidienne
- Expérience culturelle rare et structurante



Nos garanties

- 30 ans d'expertise terrain
- Guides francophones
- Transport privé sécurisé
- Pension complète
- Encadrement permanent de 3 à 4 personnes
- Groupe limité

Facilités :

- Paiement en plusieurs fois
- Réunion préparatoire en amont
- Assistance avant / pendant / après voyage
- Organisation billetterie et assurance via agence Panorama Tourisme

L'accompagnement de Lou Yan, disciple de master Chu King Hung

Présentation

Lou Yan parcourt depuis 40 ans les domaines de la santé, de la méditation et de l'exploration de la conscience.

A partir des années 70, il a transformé son métier initial de kinésithérapeute en milieu hospitalier, en se spécialisant dans l'acupuncture, l'ostéopathie, la thérapie énergétique et surtout par la pratique assidue de la méditation et du tai chi chuan.

La retransmission est au coeur de sa vie, pour cela il a créé le centre de formation Lemniscate Processus qui permet d'explorer ces pratiques d'éveil et de santé naturelle que sont la psychoénergétique chinoise, le massage et les thérapies manuelles en conscience. Il forme également des professeurs de tai chi chuan, qi gong et méditation selon la lignée de maître Chu King Hung dont il est un disciple. Il propose des voyages avec parcours intérieur, mise en relation avec sa recherche ésotérique en Egypte, en Asie, en Méditerranée sur son voilier.

www.lemniscate-processus.com

Lou Yan ne vous "guide" pas. Il ouvre des espaces de pratique.

- Pratiques quotidiennes adaptées au lieu
- Transmission directe issue de 50 années de pratique et transmission
- Mise en résonance entre tradition chinoise et expérience intérieure

Chaque site devient un dojo naturel.
Chaque rencontre devient matière vivante.



MEMO Itinéraire 1

Villes et villages visités

Villes

Guiyang (capitale du Guizhou – point d'arrivée et départ)

Jiuzhou (ville historique, région de Huangping)

Zhenyuan (nuit mentionnée après Mont Yuntai)

Sandu (région des peuples Shui)

Villages

Shuitouzhai

Wangche

Matouzhai (village Buyi)

Langde (village Miao – monts du Tonnerre)

Baiyan

Zengchong

Huanggang

Xiaohuang (village Dong)

Zhanli (village Dong)

Zenlei (village Shui)

Sites naturels visités

Rivière Qinglong

Plantation de thé – Colline des Cent Fleurs

Gorges de Xianghuoyan (falaises, grottes, cascades)

Vallée du Wuyang

Mont Yuntai (karsts classés UNESCO)

Monts du Tonnerre (montagne sacrée des Miao)

Rizières en terrasse (Baiyan et villages environnants)

Boucle de rivière autour de Zengchong

Paysages naturels de la région Shui (Sandu)

Musées, temples, sites historiques et culturels

Temple (Jiuzhou) – non précisé dans le document

Jardin du Puits (Jiuzhou) – lieu historique propice à la pratique

Tour du Tambour de Zengchong (1672 – Dynastie Qing)

Centre du patrimoine culturel immatériel (région Shui)

Temple bouddhiste Zen de Hongfu (Guiyang)

Tour Jia Xiu (Guiyang) – site emblématique

Cabinet d'un maître de Qi thérapeutique (Guiyang)

Atelier de Chen Qiji (artiste peintre renommé)

École de calligraphie (Wangche)

Maître calligraphe Shui (Sandu)

Richesses patrimoniales

- Karsts classés UNESCO du Mont Yuntai
- Montagne sacrée des Miao (Monts du Tonnerre)
- Tour du Tambour Dong (Dynastie Qing, 1672)
- Écritures chamaniques Shui
- Temple Zen de Hongfu
- Tour Jia Xiu – emblème architectural de Guiyang
- Villages Dong et Miao préservés
- Rizières en terrasses ancestrales

Une immersion dans une Chine encore habitée par ses traditions



CARTE VISUELLE DU PARCOURS

Itinéraire 1 – Province du Guizhou (12 jours)

Arrivée : Guiyang

Shuitouzhai
• Rivière Qinglong
• Plantation de thé – Colline des Cent Fleurs
• Gorges de Xianghuoyan
• Village Buyi de Matouzhai
• Village de Wangche

Jiuzhou (Huangping)
• Ville historique Ming
• Jardin du Puits
• Temple ancien

Mont Yuntai & Vallée du Wuyang (UNESCO)

Langde (Monts du Tonnerre – Miao)

Baiyan
• Rizières en terrasses

Zengchong
• Tour du Tambour (1672 – Dynastie Qing)

Huanggang
• Villages Dong environnants

- Xiaohuang
- Zhanli

Sandu (Peuple Shui)
• Village Shui de Zenlei
• Centre du patrimoine culturel immatériel
• Calligraphie Shui

Retour Guiyang
• Temple Zen de Hongfu
• Tour Jia Xiu
• Rencontre Qi thérapeutique
• Atelier Chen Qiji

Les tarifs

hors items et tarifs mentionnés plus hauts dans la rubrique « le tarif ne comprend pas »

Pour un groupe de + de 15 personnes

Circuit itinéraire 1:

1684 EUR par personne
+ accompagnement de Lou Yan : 100 euros

Supplément chambre single : 360 EUR

Pour un groupe entre 10 et 14 personnes

Circuit itinéraire 1:

2013 EUR par personne
+ accompagnement de Lou Yan : 100 euros

Supplément chambre single : 360 EUR

Conditions tarifaires détaillées itinéraire 1

Offre

- Réunion et séance préparatoire offerte
- Extension possible avant / après séjour

Le tarif comprend

- Les hébergements standard, de charme, haut de gamme
- Les petits déjeuners, les déjeuners et dîners
- Les entrées sur les sites
- Le coût du séjour de l'accompagnateur
- Les transports en véhicule privé avec chauffeur
- Guides et tour leader durant tout le circuit
- Assistance de l'agence de tourisme pour le vol international

Le tarif ne comprend pas

- Le vol international : à ce jour 1015 euros pour Barcelone-Guiyang avec Air China
- Les assurances : 122 euros par personne par Agence Panorama Tourisme
- Les dépenses personnelles, telles que le service en chambre, les frais d'internet, la blanchisserie, les boissons, les fax, les appels téléphoniques, les activités optionnelles, etc.
- Les pourboires pour les guides, chauffeurs, bagagistes, etc.
- Les chambres single : 360 euros pour itinéraire 1
- Hébergement / Visites / Repas non spécifiés dans l'itinéraire.

- Frais de visa : Les ressortissants français peuvent actuellement entrer en Chine sans visa pour un séjour touristique jusqu'à 30 jours. Veuillez simplement vous assurer que votre passeport est valide pendant au moins 6 mois à compter de la date d'entrée
- Frais d'excédent de bagages



POLITIQUE ANNULATION

• Billets de vols domestiques ne sont pas remboursables après émission. Aucun billet ne sera émis sans l'autorisation de votre part.

• Il n'y aura pas de remboursement de services non-utilisés après l'arrivée du client.

• Modifications significatives dans le programme peuvent entraîner des suppléments.

• Frais d'annulation

- Plus de 45 jours avant le jour de départ : 25% du montant du voyage

- Entre 45 et 15 jours avant le jour de départ : 35% du montant du voyage

- De 14 à 8 jours avant le jour de départ : 50% du montant du voyage

- Moins de 7 jours : 100% du montant du voyage

CONDITIONS DE PAIEMENT

⟨ Paiement total est requis 4 semaines avant l'arrivée. Nous réservons le droit d'annuler tous les services en cas de

retard de paiement.

⟨ Les frais bancaires éventuels sont à la charge de l'agence de voyage.

NOTES IMPORTANTES

• Les taxes d'aéroports et surcharge carburant sont susceptibles de modifications. En cas de hausse imposée par les

autorités chinoises, nous appliquerons un supplément avec effet immédiat à partir de la date de validité de la hausse.

• Les détails et horaires de vols et trains mentionnés dans le programme sont à titre indicatif.

• L'ordre des visites est sujet à modifications.

• Nous n'avons effectué aucune réservation au moment de la cotation

Si des frais supplémentaires sont imposés par des prestataires autres (tels que les banques, compagnies aériennes, croisières, hôtels ou compagnies ferroviaires), ces frais seront déduits du montant remboursable.

Si vous souhaitez remplacer un voyageur sur une réservation par une autre personne (par exemple, si vous ne pouvez pas partir et qu'un proche vous remplace), cela sera considéré comme une annulation, et les mêmes frais s'appliqueront conformément à cette politique.

Une fois le voyage commencé, aucun remboursement ne pourra être effectué pour les services non utilisés, qu'il s'agisse d'un départ anticipé, d'une arrivée tardive ou de journées manquées. Ces services incluent notamment l'hébergement, les vols, les trains, les repas et les droits d'entrée.

Cette politique ne s'applique pas aux produits ou services comportant leurs propres conditions d'annulation. Veuillez consulter les règles spécifiques à ces produits ou services pour plus d'informations.

Processus de réservation

A. Demande d'information auprès de Lucie

B. Confirmation par mail ou tél auprès de Lucie 0033 6 48 35 35 47

C. Inscription auprès de l'agence Panorama tourisme pour résa billets vol international

FORMULAIRE D'INSCRIPTION POUR MES BILLETS D'AVION

D. Versement de l'acompte à l'association avant le 30 mars :
300 euros par itinéraire
600 euros pour voyage complet (itinéraires 1 et 2)

E. Réunion de préparation

F. Voyage

G. Retour & intégration

Annexes

RIB ASSOCIATION

Il vous sera transmis dés réception de votre confirmation de voyage : avec vérification par téléphone pour éviter toute problématique de hackage ; et oui ça nous est arrivé!

INFOS PRATIQUES

« quoi prendre comme bagage ? Que prévoir comme vêtements ? etc... »

Nous vous transmettrons toutes les consignes de voyage dés que votre billet sera pris et l’acompte versé. Merci de votre confiance !