 *Retour à la nature.*



# *Le Fil à Soi*

*programme 2021-2022*

 *Le chêne et l'étang.*



# Dordogne

*séjours de recentrage*

24140 St Jean d'Eyraud, Lieu-dit 'les Combettes'

# SÉJOURS DE RECENTRAGE AUX COMBETTES

## Séjours individuels

*J'ai définitivement déménagé en Dordogne afin de vivre au cœur de la nature, cueillir les plantes sauvages, cultiver mon jardin, faire du qi-gong et méditer en forêt...*

*Et aussi ... vous accueillir pour des séjours de recentrage! Une maisonnette individuelle est là, avec chambre-cheminée, mini-cuisine et salle de bain. Cette maisonnette est voisine de la maison dans laquelle nous habitons.*

*Un contexte parfait pour prendre le temps : se poser, déposer, écouter le profond de soi, laisser se dérouler son interne, le laisser remonter en surface... Une démarche étayée par le support de soins programmés au cours des journées : massage énergétique chinois, conseils et soins par les plantes, séance de qi gong, séance yeux dans les yeux... divers forfaits sont possibles. La nature est là, tout autour, disponible... la forêt, les vieux chênes, le silence, l'étang, une source sacrée à 45mn à pied. Une nature très Yin qui accueille, transmet, transforme...*



Le lieu-dit 'Les Combettes'.

# SÉJOURS DE RECENTRAGE AUX COMBETTES

## Séjours individuels



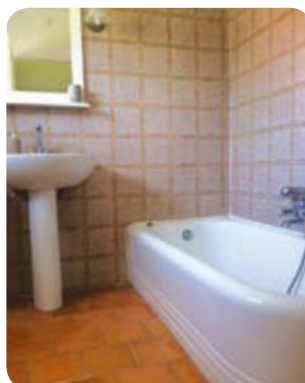
Le gîte, à deux pas de chez Sylvie, petit coin de nature...



Un grand lit pour la nuit,



une cuisine à Soi,



prendre un bain...



ou lézarder au coin du feu.

### ADRESSE :

Lieu-dit 'Les Combettes', 24140 Saint-Jean-d'Eyraud, Dordogne, France.

Latitude : 44.95845 | Longitude : 0.427007

### TARIFS :

\* **Séjour individuel de recentrage : 250 € (2 jours)**

Ce tarif comprend **une nuit en gîte + un forfait de base de soins** (4 h au total) avec un diagnostic énergétique complet + un **Massage Energétique chinois** (1h30 à 1h45) + **des conseils** en plantes, diététique et divers.

Arrivée possible le 1<sup>er</sup> jour à partir de 10h et départ le second jour à 17h.

**Si vous souhaitez, il est possible d'ajouter à ce forfait :**

+ une séance de qi gong d'environ 30mn : **50€**

+ une séance « yeux dans les yeux » de 30 mn : **50€**

+ une séance de moxibustion (moxa) de 30 mn : **50€**

+ chaque nuit supplémentaire : **55€**

+ devis possible si vous voulez faire plusieurs massages chinois ou autres soins proposés par Sylvie, venir en couple...

**Autres soins possibles avec des thérapeutes voisins qui se déplacent sur le lieu :**

- acupuncture avec Corinne Talle ou Matthieu Garry : **60€** la séance d' 1h et **80€** la séance d'1h30

- massage Chi nei tsang avec Matthieu Garry : **60€** la séance d' 1h et **80€** la séance d'1h30

- soin de Tibetan Pulsing avec Yves-Mathieu Fabre : **60€** la séance d' 1h


- massage Ayurvedique avec Frederick Echassoux : **60€** la séance d'1h

- Vibra'soin, soin vibratoire par les sons avec Lisa Garry : **60€** la séance d' 1h et **80€** la séance d'1h30

### GÎTE :

Prévoir tout ce qu'il faut pour cuisiner vos repas – amener votre serviette de toilette – draps et vaisselle fournis.

**Réservation : Indispensable**

 le jardin du cloître.



# Moissac

stages et formations

à l'Ancien Carmel de Moissac, Sente du Calvaire

# STAGE MASSAGE, ÉMOTIONS, ÂMES LES 3 MONDES CÉLESTES ET LA VIE HUMAINE SUR TERRE ET PRATIQUE YEUX DANS LES YEUX

À MOISSAC, TARN et GARONNE - Niveau avancé

Du vendredi 29 octobre au lundi 1<sup>er</sup> novembre 2021 (4 jours)

**PUBLIC :** Ce stage avancé s'adresse à des personnes ayant des bases en Médecine Chinoise et en Massage.

## PROPOSITION DE STAGE :

- Etudier les 5 émotions vues par la Médecine Chinoise
- Explorer le monde des 5 âmes ou 'esprits' associés (Shen, Po, Hun, Yi, Zhi)
- Découvrir comment émotions et âmes peuvent déséquilibrer notre corps physique et psychique
- Etudier les points d'acupuncture spécifiques à la sphère psychique
- Lutter contre les fantômes 'Gui' qui peuvent venir polluer le corps – Utilisation des 13 points fantômes de Sun Si Miao
- Pratiquer la méditation 'yeux dans les yeux' pour contacter notre Shen

## Déroulement du stage



### JOUR 1 : COLÈRE – TRISTESSE ET LIEN AVEC LE HUN ET LE PO

Colère, frustration, vie-survie en luttant hargneusement ou à l'opposé tristesse sans fond, non-envie, dépression, dégoût de la vie... Comment équilibrer notre vie émotionnelle et spirituelle en comprenant le Hun et le Po...

**Massage** pour dompter le cheval fougueux Hun et alléger le poids mort Po... comprendre et expulser la colère du Foie et déployer les ailes du Poumon à l'image de la grue blanche...

### JOUR 2 : AMOUR SOUFFRANT – PENSÉES EXCESSIVES – PEURS DIVERSES ET LIEN AVEC LE SHEN, LE YI ET LE ZHI

Passion dévorante, jalousie, manque d'amour, ruminations mentales, refuge dans la pensée, la réflexion sans fin ou aussi peurs qui paralysent, freinent, phobies incontrôlables... Comment calmer nos agitations ou peurs internes et retrouver l'axe sain, la paix intérieure, l'harmonie Shen-Yi-Zhi.

**Massage** pour visiter et extirper nos 'démons internes', réveiller nos zones inertes ou anesthésiées par des peurs puis remodeler l'axe central Terre-Ciel afin d'unir à nouveau le monde terrestre au monde céleste... élever notre âme dans la lignée des 5 vertus célestes.

### JOUR 3 : LES FANTÔMES 'GUI'- SOIN ÉNERGÉTIQUE

Au moment de la mort, chacune des 5 instances psychiques Shen-Yi-Zhi-Hun-Po- retourne au monde dont elle est issue (Ciel ou Terre). Si ce retour ne s'effectue pas ou s'effectue mal, certaines instances psychiques peuvent errer dans ce monde et se greffer sur des corps affaiblis.

**Soin énergétique sur les 13 points fantômes de Sun Si Miao.** Ce soin n'est pas un massage ; il se pratique sur les vêtements. Il permet de faire monter le taux vibratoire de la personne et tisser un cocon de protection contre les 'Gui' aux vibrations toujours basses.

### JOUR 4 : 'YEUX DANS LES YEUX' – PRATIQUE MÉDITATIVE INTENSE

Le 'Shen', l'âme se dévoile par la porte des yeux. Je vous propose une pratique pour plonger au plus profond de l'âme... Mieux se connaître en plongeant les yeux dans les yeux avec un autre pratiquant.

## HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 4 jours = 345€.

Début du cours le 1er jour, 10h – Fin du cours le dernier jour, 14h. Groupe de 16 personnes maximum.

50 % d'arrhes à verser, non remboursable en cas de désistement. **Inscription nécessaire au 06 84 15 71 35**

## HÉBERGEMENT :

LE CARMEL DE MOISSAC (1h45 de Bordeaux – 1h de Toulouse)

1 nuit en chambre par 2 = **22,11€ par personne/ jour** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun).

Si chambre individuelle : **supplément de 14€/ jour/ pers** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun).

Possibilité de chambre avec WC et douche privés, demander directement à l'Ancien Carmel.

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,50€**.

**Réservez votre hébergement** le plus tôt possible au **05 63 04 62 21** ou **www.lancienarmelmoissac.com**

# STAGE 'Les 5 Organes Zang'

À MOISSAC, TARN et GARONNE

Du jeudi 11 au lundi 15 novembre 2021 (5 jours)

**PUBLIC :** *Toute personne désirant découvrir le Massage Énergétique Chinois. Aucun niveau n'est requis. La théorie est abordée mais la pratique privilégiée : les massages se font par deux, au sol et à l'huile. Amener votre table de massage si besoin.*

## PROPOSITION DU STAGE :

- Chaque matin pratiquer un Qi gong correspond à l'Organe 'Zang' du jour
- Apprendre (ou corriger) les techniques 'Tuina' et positions pour masser sans se blesser
- Aborder la théorie des Organes 'Zang'
- Découvrir les méridiens des 5 Organes 'Zang', leurs points d'acupuncture principaux, l'action possible directement sur chaque Organe ou par l'intermédiaire du son thérapeutique
- Pratiquer et détailler 5 protocoles de massage selon le problème physique, énergétique ou émotionnel le plus souvent rencontré par chacun des Organes (blocage-Plénitude / manque-Vide....)
- Ressentir l'énergie subtile Qi et agir sur elle

**Durant ce stage, la pratique est privilégiée.**

## Déroulement du stage



**JOUR 1 : LE POUMON**, massage nettoyant des sinus, ouverture du thorax et 'chasser les tristesses', massage du bras et drainage du méridien avec points principaux. La respiration et le son thérapeutique.

**JOUR 2 : LE FOIE** massage de la face antérieure de la tête aux pieds. Drainage du méridien, nettoyage-pompage de l'Organe Foie, libération du Qi bloqué, vidange de la Vésicule biliaire, points d'acupuncture et son thérapeutique.

**JOUR 3 : LA RATE-PANCRÉAS** massage des pieds, jambes et du ventre. L'ascension du Qi et la nourriture du Sang. Drainer le méridien Rate, points d'acupuncture et recentrage de la personne... Rate...pivot du corps !

**JOUR 4 : LE CŒUR** massage du visage, crâne, berceau de tête..., travail sur le 3ème œil et les 4 'portes du Ciel'. Ouverture du thorax, drainage des 2 méridiens (bras), points d'acupuncture et son thérapeutique. Un temps de paix.

**JOUR 5 : LE REIN** massage des pieds, des jambes, du ventre et des lombes. Drainage tonifiant du méridien et points principaux. Tonification du Qi, Yin et Yang du corps, son thérapeutique... Reprendre contact avec sa lignée, son mandat de vie...

## HORAIRES ET TARIFS :

5 jours de stage = 390€.

Début du cours le 1<sup>er</sup> jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h.

Pour tous ces stages, 50% d'arrhes à verser à l'inscription, non remboursable en cas de désistement.

Groupe de 16 personnes maximum. **Inscription nécessaire au 06 84 15 71 35**

## HÉBERGEMENT :

**LE CARMEL DE MOISSAC** (1h45 de Bordeaux – 1h de Toulouse)

1 nuit en chambre par 2 = **22,11€ par personne/ jour** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Si chambre individuelle : **supplément de 14€/ jour/ pers** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Possibilité de chambre avec WC et douche privés, demander directement à l'Ancien Carmel.

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,50€.**

**Réservez votre hébergement** le plus tôt possible au **05 63 04 62 21** ou **www.lancienarmelmoissac.com**

# WEEK-END DIAGNOSTIC MTC ET PLANTES MÉDICINALES OCCIDENTALES

À MOISSAC, TARN et GARONNE - Niveau avancé

samedi 8 et dimanche 9 janvier 2022 (2 jours)

*Attention : Pas de massage!*

**PUBLIC :** *Toute personne désirant mettre sa théorie du diagnostic en pratique. L'objectif principal de ce week-end est de confronter la théorie à l'élaboration de diagnostic 'en direct', avec des cas réels... et découvrir l'utilisation des plantes médicinales occidentales.*

## Déroulement de chaque journée

### LE MATIN, 3H :

**Accueil d'une personne venue de l'extérieur** (observation, motif de la consultation, questionnaire, étude de la langue, prise des pouls).

#### Elaboration du diagnostic :

- recherche et explication du tableau pathologique,
- liste des points à puncturer
- création du protocole de massage adapté
- conseils de plantes médicinales occidentales. Pour chaque personne nous mettrons en place une synergie de plantes correspondant à sa pathologie MTC, son caractère, sa vibration énergétique. Nous indiquerons également la forme et le dosage à donner selon son type, sa morphologie... (infusion, décoction, teinture mère, poudre de plantes, sirop...).

**L'APRÈS-MIDI, 3H :** Idem... avec une 2<sup>ème</sup> personne.

*Tous les cas sont bienvenus, prenez contact avec moi si vous connaissez des personnes intéressées !*



### HORAIRES ET TARIFS :

2 jours de stage = 190€. 1 seul jour de stage = 110€.

Début du cours le 1<sup>er</sup> jour, 10h – Fin du cours le dernier jour, 17H30.

Pour tous ces stages, 50 % d'arrhes à verser à l'inscription, non remboursable en cas de désistement.

Groupe de 16 personnes maximum. **Inscription nécessaire au 06 84 15 71 35**

### HÉBERGEMENT :

**LE CARMEL DE MOISSAC** (1h45 de Bordeaux – 1h de Toulouse)

1 nuit en chambre par 2 = **22,11€ par personne/ jour** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Si chambre individuelle : **supplément de 14€/ jour/ pers** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Possibilité de chambre avec WC et douche privés, demander directement à l'Ancien Carmel.

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,50€**.

**Réservez votre hébergement** le plus tôt possible au **05 63 04 62 21** ou **www.lancienarmelmoissac.com**



# LA FEMME, 3 ÉTAPES DE VIE MENSTRUATIONS – GROSSESSE - MÉNOPAUSE

À MOISSAC, TARN et GARONNE - Niveau avancé

Du samedi 16 au lundi 18 avril 2022 (3 jours)

**PUBLIC :** Ce stage est un niveau avancé et s'adresse à des personnes ayant des bases en Médecine Chinoise et en Massage.

## PROPOSITION DE STAGE :

- Connaître le cycle menstruel de la femme et ses différentes phases, de la plus Yin à la plus Yang ; 4 périodes à détailler.
- Réfléchir à l'action de Chongmai, Renmai et Dumai durant ce cycle
- Comprendre le terrain énergétique de chaque femme afin de mieux analyser la cause de ses problèmes physiques, psychologiques et émotionnels
- Apprendre les points avec action directe sur la sphère gynécologique
- Pratiquer 3 protocoles de massage, l'un pour chaque étape de vie :  
menstruations - grossesse - ménopause
- Aborder la femme sous l'angle poétique propre au Qi-gong...  
De la chambre de jade à la rosée céleste... la beauté du féminin...



## Déroulement du stage

### JOUR 1 : LE TEMPS DES MENSTRUATIONS ET LES PATHOLOGIES ASSOCIÉES

Théorie sur le cycle féminin et les syndromes prémenstruels-dysménorrhée-aménorrhée-ménorragie-crise inter-menstruelle de l'ovulation... vus par la médecine Chinoise. Une réflexion sur l'importance de ce temps de lunaison de 28 jours...

**Massage** traitant les problèmes menstruels par Stase (Qi, Sang, Froid, Humidité) entraînant douleurs et mal-être.

### JOUR 2 : LE TEMPS DE LA GROSSESSE ET SES 10 PÉRIODES LUNAIRES

Théorie sur le déroulement de la grossesse vu par la médecine chinoise, mois après mois, lune après lune... Une façon de voir et vivre la grossesse dans le chemin du Tao... et en lien avec BB...

**Massage** de la femme enceinte pour vivre une grossesse harmonieuse, soutenir la future mère et accompagner le développement de l'embryon-fœtus, bébé... jusqu'à sa venue au monde...

### JOUR 3 : LE TEMPS DE LA MÉNOPAUSE ET SES ÉVENTUELS DÉSAGRÈMENTS

Théorie sur les différents déséquilibres énergétiques entraînant des troubles lors de la ménopause (bouffées de chaleur, fatigue, irritabilité...). Comprendre le terrain énergétique de la femme et les changements dus à la ménopause. Ouvrir sa conscience à une nouvelle dimension de la femme...

**Massage** traitant le vide simultané du Yin et du Yang du Rein. Nourrir le Rein et remettre la femme dans la beauté de son axe de vie...

## HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 3 jours = 260€. Début du cours le 1<sup>er</sup> jour, 10h – Fin du cours le dernier jour, 14h.

Pour tous ces stages, 50% d'arrhes à verser à l'inscription, non remboursable en cas de désistement.

Groupe de 16 personnes maximum. **Inscription nécessaire au 06 84 15 71 35**

## HÉBERGEMENT :

**LE CARMEL DE MOISSAC** (1h45 de Bordeaux – 1h de Toulouse)

1 nuit en chambre par 2 = **22,11€ par personne/ jour** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Si chambre individuelle : **supplément de 14€/ jour/ pers** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Possibilité de chambre avec WC et douche privés, demander directement à l'Ancien Carmel.

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,50€**.

**Réservez votre hébergement** le plus tôt possible au **05 63 04 62 21** ou **www.lancienarmelmoissac.com**

## STAGE 'Les 5 Entrailles Fu' À MOISSAC, TARN et GARONNE

Du jeudi 26 au lundi 30 mai 2022 (5 jours)

**PUBLIC :** *Toute personne désirent découvrir le Massage Energétique Chinois. Aucun niveau n'est requis. La théorie est abordée mais la pratique privilégiée : les massages se font par deux, au sol et à l'huile. Amener votre table de massage si besoin.*

### PROPOSITION DE STAGE :

- Chaque matin pratiquer un Qi gong correspond à l'Entraille 'Fu' du jour
- Apprendre (ou corriger) les techniques 'Tuina' et positions pour masser sans se blesser
- Aborder la théorie des Entrailles 'Fu'
- Découvrir les méridiens des 5 Entrailles 'Fu', leurs points d'acupuncture, l'action possible directement sur chaque Entraille
- Pratiquer et détailler 5 protocoles de massage selon le problème physique, énergétique ou émotionnel le plus souvent rencontré par chacune des Entrailles (blocage-Plénitude / manque-Vide...)
- Ressentir l'énergie subtile Qi et agir sur elle.

**Durant ce stage, la pratique est privilégiée.**

## Déroulement du stage



**JOUR 1 : LA VESSIE**, les techniques Tuina et Point Shu du dos. **Massage** nettoyant de la face postérieure de la tête aux pieds... Purifier le physique et l'émotif - Drainage méridien Vessie.

**JOUR 2 : LE GROS INTESTIN ET L'ESTOMAC**, **massage** de la face antérieure avec un long temps de nettoyage du ventre, Gros Intestin et Estomac. Drainage des méridiens et points principaux.

**JOUR 3 : LA VÉSICULE BILIAIRE**, **massage** des faces latérales afin de clarifier l'Humidité-Chaleur de celle-ci et aider à la prise de décision limpide. Vidange, drainage de son méridien.

**JOUR 4 : L'INTESTIN GRÊLE, LE TRIPLE RÉCHAUFFEUR**, **massage-déblocage** du crâne, cou, épaules, omoplates, bras et dos. Découverte et drainage des méridiens I.Grêle et T. Réchauffeur. Travail mécanique sur cou-épaule mais aussi nettoyage émotif de l'arrière du Cœur.

**JOUR 5 : MASSAGE GLOBAL** de tout le corps et révision.

### HORAIRES ET TARIFS :

5 jours de stage = 390€.

Début du cours le 1<sup>er</sup> jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h.

Pour tous ces stages, 50% d'arrhes à verser à l'inscription, non remboursable en cas de désistement.

Groupe de 16 personnes maximum. **Inscription nécessaire au 06 84 15 71 35**

### HÉBERGEMENT :

**LE CARMEL DE MOISSAC** (1h45 de Bordeaux – 1h de Toulouse)

1 nuit en chambre par 2 = **22,11€ par personne/ jour** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Si chambre individuelle : **supplément de 14€/ jour/ pers** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Possibilité de chambre avec WC et douche privés, demander directement à l'Ancien Carmel.

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,50€**.

**Réservez votre hébergement** le plus tôt possible au **05 63 04 62 21** ou **www.lancienarmelmoissac.com**

# STAGE MASSAGE, EMOTIONS, AMES LES 3 MONDES CELESTES ET LA VIE HUMAINE SUR TERRE

À MOISSAC, TARN et GARONNE - Niveau avancé

Du vendredi 29 au dimanche 31 juillet 2022 (3 jours)

**PUBLIC :** Ce stage avancé s'adresse à des personnes ayant des bases en Médecine Chinoise et en Massage.

## PROPOSITION DE STAGE :

- Etudier les 5 émotions vues par la Médecine Chinoise
  - Explorer le monde des 5 âmes ou 'esprits' associés (Shen, Po, Hun, Yi, Zhi)
  - Découvrir comment émotions et âmes peuvent déséquilibrer notre corps physique et psychique
  - Etudier les points d'acupuncture spécifiques à la sphère psychique
  - Lutter contre les fantômes 'Gui' qui peuvent venir polluer le corps
- Utilisation des 13 points fantômes de Sun Si Miao



## Déroulement du stage

### JOUR 1 : COLÈRE – TRISTESSE ET LIEN AVEC LE HUN ET LE PO

Colère, frustration, vie-survie en luttant hargneusement ou à l'opposé tristesse sans fond, non-envie, dépression, dégoût de la vie... Comment équilibrer notre vie émotionnelle et spirituelle en comprenant le Hun et le Po...

**Massage** pour dompter le cheval fougueux Hun et alléger le poids mort Po... comprendre et expulser la colère du Foie et déployer les ailes du Poumon à l'image de la grue blanche...

### JOUR 2 : AMOUR SOUFFRANT – PENSÉES EXCESSIVES – PEURS DIVERSES ET LIEN AVEC LE SHEN, LE YI ET LE ZHI

Passion dévorante, jalousie, manque d'amour, ruminations mentales, refuge dans la pensée, la réflexion sans fin ou aussi peurs qui paralysent, freinent, phobies incontrôlables... Comment calmer nos agitations ou peurs internes et retrouver l'axe sain, la paix intérieure, l'harmonie Shen-Yi-Zhi

**Massage** pour visiter et extirper nos 'démons internes', réveiller nos zones inertes ou anesthésiées par des peurs puis remodeler l'axe central Terre-Ciel afin d'unir à nouveau le monde terrestre au monde céleste... élever notre âme dans la lignée des 5 vertus célestes...

### JOUR 3 : LES FANTÔMES 'GUI'- SOIN ÉNERGÉTIQUE

Au moment de la mort, chacune des 5 instances psychiques Shen-Yi-Zhi-Hun-Po- retourne au monde dont elle est issue (Ciel ou Terre). Si ce retour ne s'effectue pas ou s'effectue mal, certaines instances psychiques peuvent errer dans ce monde et se greffer sur des corps affaiblis.

**Soin énergétique sur les 13 points fantômes de Sun Si Miao.** Ce soin n'est pas un massage ; il se pratique sur les vêtements. Il permet de faire monter le taux vibratoire de la personne et tisser un cocon de protection contre les 'Gui' aux vibrations toujours basses.

## HORAIRES ET TARIFS :

Stage de 3 jours = 260€.

Début du cours le 1<sup>er</sup> jour à 10h et fin du cours le dernier jour à 14h.

Pour tous ces stages, 50% d'arrhes à verser à l'inscription, non remboursable en cas de désistement.

Groupe de 16 personnes maximum. **Inscription nécessaire au 06 84 15 71 35**

## HÉBERGEMENT :

**LE CARMEL DE MOISSAC** (1h45 de Bordeaux – 1h de Toulouse)

1 nuit en chambre par 2 = **22,11€ par personne/ jour** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Si chambre individuelle : **supplément de 14€/ jour/ pers** (utilisation de la cuisine comprise, WC et douche en commun)

Possibilité de chambre avec WC et douche privés, demander directement à l'Ancien Carmel.

Drap plat si vous n'amenez pas vos draps = **2,50€.**

**Réservez votre hébergement** le plus tôt possible au **05 63 04 62 21** ou **www.lancienarmelmoissac.com**