



**LOCATIONS EXTERNES**  
ORGANISER UNE FORMATION



**SOUHAITEZ-VOUS  
LOUER NOTRE STRUCTURE  
POUR ORGANISER UNE FORMATION ?**

CENTRE MING SHAN  
CHEMIN DE L'ETOILE POLAIRE 3  
1453 BULLETT

+41 24 552 21 11  
INFO@MINGSHAN.CH  
WWW.MINGSHAN.CH



## LE CENTRE MING SHAN EST UN LIEU LAÏC UNIQUE EN EUROPE, CONÇU POUR HÉBERGER TOUT TYPES DE SÉMINAIRES

Des études en géobiologie et Feng Shui ont accompagné chacune des étapes de sa construction, du choix du terrain à l'aménagement intérieur, garantissant ainsi une atmosphère énergétique idéale, que ce soit pour des activités de développement personnel, de soins, de réflexion, ou d'harmonisation d'équipes.

Situé sur le balcon du Jura, qui offre une vue exceptionnelle sur le Plateau et ses deux lacs et les Alpes, le Centre Ming Shan propose par ailleurs son propre programme constitué d'un enseignement complet lié à la santé, au développement personnel et spirituel et à la transmission de la culture taoïste.

Le Centre est notamment équipé d'un chauffage au sol à basse température, dont la douce chaleur rayonnante augmente le confort et la qualité de l'air.

Des accès facilités pour les personnes à mobilité réduite sont prévus dans chaque espace du Centre.

Ming Shan est également dédié à servir vos propres activités. Ainsi, nous mettons à votre disposition :

- 1 salles de 220 m<sup>2</sup>
- 1 restaurant accueillant jusqu'à 60 personnes
- Possibilités d'hébergement pour 30 personnes





Enseignement théoriques, conférences

jusqu'à 60 personnes assises



Enseignements corporels

jusqu'à 55 personnes en mouvement



## GRANDE SALLE

Vaste, lumineuse et chaleureuse, la surface de la «grande salle» est de 220 m<sup>2</sup>, sa hauteur sous plafond de 7 m et le sol constitué d'un parquet en bois sont des atouts majeurs pour faciliter toute formes de pratiques, y compris artistiques.

### Matériel à disposition

- Écran tactile numérique
- Flipchart + Beamer
- 25 chaises
- 10 tables
- 10 zafus
- 10 tapis de yoga

sur demande, une mise en place personnalisées peut être faite avant votre arrivée



## LA RESTAURATION



Pour vos locations, et selon vos activités, vous pouvez choisir entre deux types de restauration:

- La «cuisine des stages», servie à nos tables d'hôtes, est élaborée en adéquation avec le travail énergétique engagé dans les activités: végétarienne, elle s'inspire de la diététique chinoise basée sur la nature, les saveurs, et le tropisme des aliments.
- sur demande, Ming Shan peut également vous proposer de la viande ou du poisson, dans un style simple mais savoureux.

Dans les deux cas, notre cuisine est élaborée avec des produits hyper locaux, issus de nos agriculteurs régionaux et adaptée à chaque saison. Les plantes sauvages, cueillies localement, font partie de la signature de nos plats et boissons.

Le restaurant Ming Shan bénéficie du label « Fait Maison » et peut accueillir jusqu'à 60 personnes.

Un petit espace « salon » vous permettra de clore tranquillement vos soirées au coin du feu, avec un thé de qualité, si le cœur vous en dit.



## L'HÉBERGEMENT

Nos chambres, d'apparence sobre et chaleureuse, offrent un clin d'œil à l'architecture des temples chinois grâce à leurs accès privatifs depuis la coursive. Elles sont équipées de leur propre salle de bains/WC et de Wi-fi (éteint entre minuit et 6h):

- 30 lits disponibles, répartis en 8 chambres doubles, 1 double supérieure, 1 chambre de 4 lits et un dortoir de 8 lits

Pour les plus grands groupes, nous avons un partenariat avec le Grand Hôtel des Rasses, à 5 min en voiture de Ming Shan, qui vous accueillera à un tarif préférentiel.

### Accès

Chemin de l'Etoile Polaire 3, 1453 Bullet  
À 20 min de la sortie d'autoroute Yverdon-Ouest  
25 places de parc gratuites à disposition

### Parking gratuit à Ming Shan pour 25 voitures

Un parking est également disponible, gratuit, au centre du village, à 5 min à pieds de Ming Shan





## NULLE PART AILLEURS...

## MING SHAN DIGITAL EXPERIENCE®

Ming Shan a le privilège de bénéficier des compétences du centre de recherche EPFL+ECAL Lab dans le développement de dispositifs interactifs favorisant la pratique de la méditation.

Que vous soyez novices ou expérimentés, le projet Ming Shan Digital Experience®, associant pratique traditionnelle, démarche artistique, technologies émergentes et observations scientifiques, vous permettra de faire une expérience méditative unique dans l'espace du temple, seul ou en groupe.



Lors de votre passage, n'hésitez pas à la tester !

## LE TEMPLE

À visiter pour son architecture, le temple a été construit dans la plus pure tradition chinoise. C'est lui qui rythme les journées à Ming Shan :

- La cérémonie du matin permet de purifier l'énergie de l'ensemble du lieu et constitue une sorte de douche énergétisante, favorable à toutes les activités qui suivront dans la journée.
- Elle est suivie d'une pratique corporelle en mouvement (Qi Gong) qui permet à chacun d'éveiller doucement son corps avant de s'engager ensuite dans ses activités de la journée.
- En fin d'après-midi, la cérémonie du soir permet une harmonisation énergétique et de clarifier le feu de la journée, pour préparer une soirée et une nuit paisibles.
- Certains soirs, avant le coucher, une méditation guidée ou silencieuse clôt la journée de manière idéale (voir programme sur place).

Toutes ces activités sont accessibles aux personnes qui suivent par ailleurs d'autres stages et retraites dans le Centre.



## LE CABINET MÉDICAL

Une équipe constituée du Dr Fabrice Jordan, médecin FMH médecine interne et Médecine chinoise ASA et de plusieurs thérapeutes vous propose, sur demande, des soins en médecine intégrative, allant de la médecine générale, à la micronutrition, la médecine chinoise, les médecines vibratoires à la psychologie taoïste.



## UNE ÉQUIPE À VOTRE SERVICE

Selon vos demandes spécifiques, les membres de notre équipe peuvent vous accompagner en balade ou randonnée, à la découverte des plantes sauvages, vous initier à l'art de la confection des raviolis ou à l'écriture chinoise (calligraphie), et tant d'autres choses encore.

Laissez-vous porter dans la découverte des trésors d'une culture millénaire, intégrée et vécue localement, et n'hésitez pas à confectionner votre propre programme avec nous. La culture taoïste est très souple, profitez-en ! Nous nous ferons un plaisir de vous servir..





**LOCATIONS EXTERNES**  
ORGANISER UNE FORMATION



NOUS NOUS FERONS UN PLAISIR  
DE RÉPONDRE À VOS QUESTIONS AU +41 24 552 21 11  
OU PAR EMAIL [INFO@MINGSHAN.CH](mailto:INFO@MINGSHAN.CH)