



STAGE D'INITIATION

À LA PRATIQUE DU KYUDO

Du **13 au 19 Août 2021**

Centre de la Falaise Verte - St Laurent-du-Pape (07800)



Ce stage est destiné aux personnes de tout âge désirant découvrir le Kyudo et commencer la pratique de cet art dans des conditions exceptionnelles.

A 20 mn de Valence, en entrant dans la vallée de l'Éyrieux, le Centre de la Falaise Verte se situe en pleine nature ardéchoise, sur une propriété de 20 ha à flanc de colline et en bordure de rivière, à l'écart du bruit et loin de l'agitation, propice à l'apaisement et à la pratique d'une Voie. On y pratique le Kyudo dans un authentique dojo de 120 m². Le Centre étant désireux de se conformer à la tradition des dojos au Japon, on y respecte quelques principes de vie durant les stages : la nourriture est végétarienne et une participation à la vie collective est requise quotidiennement de la part de chacun.

Le stage sera animé par des enseignants hauts gradés du Comité National de Kyudo. Le matériel (arc, flèches, gant) est prêté.

Impératif : prévoir une tenue souple et ample, bas noir et haut blanc (survêtement et tee-shirt par exemple) ainsi que des chaussettes blanches, ou des *tabi* (chaussons spécifiques japonais).

Les participants au stage seront d'abord initiés à l'art du tir sur botte de paille (*makiwara*) pour le tir rapproché, avant de tirer à 28 mètres sur cible (*mato*). Ils assisteront chaque jour à différents tirs de cérémonie.

FICHE INSCRIPTION

STAGE D'INITIATION A LA PRATIQUE DU KYUDO du 13 au 19 Août 2021

COÛT GLOBAL DU STAGE : 480 € hébergement et restauration compris

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 01 AOÛT 2021

Pour vous inscrire, veuillez remplir le talon ci-dessous et l'envoyer à :

Centre de la Falaise Verte – La Riaille – 07800 - St Laurent-du-Pape

Tél : 04 75 85 10 39

Merci de l'accompagner d'un chèque d'arrhes de 120 € à l'ordre du CNKyudo

.....

INSCRIPTION au STAGE D'INITIATION de KYUDO du 13 au 19 Août 2021

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Tél : Courriel :

Afin d'adapter le prêt du matériel merci d'indiquer votre taille :

Je désire participer au stage d'initiation de Kyudo du 13 au 19 août 2021 au Centre de la Falaise Verte. Je respecterai scrupuleusement le protocole sanitaire en vigueur.

Je joins un chèque de 120 euros à l'ordre du CNKyudo confirmant ainsi mon inscription.
Le règlement des frais de séjour se fait à l'arrivée au Centre (360 euros)

En cas d'**annulation avant le début du stage**, le CNKyudo remboursera intégralement les frais versés. **Pour le règlement auprès du Centre, il faut noter que tout stage commencé est dû dans son intégralité.**

Signature

Accéder au Centre de la Falaise Verte :

Accès au Centre de la Falaise Verte par la route venant du Nord : Sortir à Valence Sud, prendre la N7 vers le Sud (fléchage N7/Montélimar). Après 8 km, prendre la direction Charmes et traverser le Rhône par le barrage. Puis prendre la N86 direction Le Cheylard. A St-Laurent-du-Pape, traverser le pont et prendre la 1^{ere} route à droite en direction La Riaille.

Accès au Centre de la Falaise Verte par la route venant du Sud : Sortir à Loriol, Prendre la direction Le Pouzin / La Voulte. Au rond-point à l'entrée de La Voulte, suivre «Centre Ville» et traverser la ville. A la sortie de La Voulte, prendre la D120 en direction de St Laurent-du-Pape. Entrer dans St Laurent-du-Pape, dans le 1^{er} virage avant le pont, prendre la petite route en face direction La Riaille.

Accès au Centre de la Falaise Verte par le train : descendre en gare de Valence-TVG ou Valence-Ville, puis prendre le car jusqu'à Saint-Laurent-du-Pape ou Beauchastel.

Horaires de cars : 04 75 81 23 25.

Il est également possible de réserver un billet SNCF jusqu'à Beauchastel, trajet en car inclus.

La navette du Centre vient chercher les personnes ayant prévenu de leur arrivée à l'arrêt des cars de Beauchastel ou St-Laurent-du-Pape (participation aux frais 3€).

Plus d'informations sur le site www.falaiseverte.org

**Veuillez apporter taie d'oreiller et draps ou taie d'oreiller et sac de couchage (possibilité de louer sur place taie et draps pour 10 € la semaine)*

** Merci de contacter directement la Falaise Verte si vous désirez prolonger votre séjour, avoir une chambre individuelle ou avoir plus de détails.*

NB conditions sanitaires : cf le document de protocole version du 14/04/2021 en cours au jour d'édition de ce document (ces conditions peuvent évoluer)

CNKYUDO : www.kyudo.fr

Protocole Sanitaire

Buts

- Éviter toute contamination croisée entre les pratiquants et les permanents (permanents = résidents + salariés + bénévoles)
- Limiter au maximum les risques de contamination à l'intérieur du groupe de pratiquants
- Respecter une exigence morale de protection des permanents et des stagiaires
- Créer un environnement qui donne envie aux pratiquants de venir séjourner à la Falaise Verte et qui leur permette de pratiquer sans inquiétude

Référent protocole sanitaire (RPS)

Le référent sanitaire sera Taishin Sômyô. Lors de ses absences, il désignera un remplaçant temporaire.

Distanciation sociale et gestes barrière

- Respect de la distanciation sociale à tout moment
- Respect des gestes barrière à tout moment
- Port du masque obligatoire pour tous les déplacements dans l'enceinte du Centre
- Stations pour se laver les mains (savon et essuie-main papier à usage unique, poubelle dédiée) et gel hydroalcoolique seront mis à disposition des stagiaires mais il leur sera demandé de porter à tout moment leur propre gel hydroalcoolique

Exigence d'alerte pour les pratiquants

- Il est demandé à un pratiquant qui soupçonne une contamination dans les jours qui précèdent le stage d'annuler celui-ci. Dans ce cas, le montant de la participation aux frais pour l'hébergement en pension complète lui sera remboursé.
- Il est demandé à tout stagiaire qui sentirait des symptômes apparaître durant le stage de s'adresser immédiatement au RPS.
- Il est demandé aux stagiaires qui développeraient des symptômes dans les deux semaines suivant le stage de prévenir immédiatement la Falaise Verte et de mentionner le séjour aux autorités en charge du traçage.

Nombre de pratiquants

Le nombre de maximal de participants est fixé à :

- 3 enseignants
- 35 étudiants

Circulation et utilisation des lieux communs

Chambres

- Les permanents auront des chambres situées à distance des pratiquants

Sanitaires

- Les sanitaires des pratiquants et des permanents seront complètement séparés (lavabo, douche, WC)

Réfectoire

- Les pratiquants entreront dans le réfectoire par la porte Est
- Seuls les permanents peuvent entrer dans la cuisine
- Le hall du réfectoire (entrée nord) et l'entrée de la cuisine sera la zone mixte d'échange des plats, etc. où le port du masque est obligatoire.

Organisation par microbulle

Les pratiquants seront organisés en « microbulle » (MB) de maximum 7 personnes. Une MB représente une unité de confinement.

Une MB :

- Dormira potentiellement dans la même chambre
- Disposera d'un WC et un lavabo à usage exclusif dont ils auront la responsabilité en termes d'hygiène (matériel et produit de nettoyage mis à disposition pour chaque MB)
- Ne pourra pas prendre sa douche en même temps que des membres d'une autre MB

Horaire quotidien

Les organisateurs prévoient des plages horaires suffisantes pour permettre aux pratiquants de se doucher, apporter les plats à table, etc. Le rythme doit être adapté au respect du protocole.

Aller-retours en ville des pratiquants

- Les aller-retours en ville durant le stage sont proscrits
- En cas de nécessité absolue, le déplacement doit être sanctionné par le RPS et, au retour, une décontamination est nécessaire :
 - Se laver les mains
 - Stocker ses vêtements à part et ne plus les utiliser jusqu'à la fin du stage
 - Nettoyage des semelles de chaussures
 - Douche

Matériel à apporter par les pratiquants

- Gels et masques en quantité suffisante
- Flipflops pour les sanitaires (pas de tapis de sortie de douche)
- Lampe de poche
- Literie (cf. infra)
- Toilette et linge de salle de bain
- Thermos ou bouteille pour sa boisson en dehors des repas
- Optionnellement pantoufles pour circuler dans les couloirs
- Essuie-main à laisser près de son lavabo dans les sanitaires
- Protection contre les moustiques

Transport des pratiquants

- Nous conseillons fortement aux pratiquants de venir en voiture.
- La navette du Centre ne pourra aller chercher que deux personnes à la fois.
- Une participation aux frais de 5 € sera demandée par voyage.
- Le siège passager avant sera laissé libre.

- Avant de monter dans le véhicule : gel et masque
- Dans le véhicule : silence complet
- En sortant du véhicule : gel
- Le véhicule sera désinfecté avant et après utilisation

Accueil

- La répartition des MBs sera décidée à l'avance avec l'organisateur du stage et affichée
- Les chambres, WC, lavabos et douches seront identifiées par MB

Sanitaires

- Respect de l'organisation en MB : un lavabo et un WC par MB
- Utilisation de flipflops (pas de tapis de sortie de douche)
- Trois personnes au maximum en même temps dans le même sanitaire
- Les stagiaires stockent serviette et gants de toilette dans leur chambre
- Les stagiaires laissent leur essuie-main près de leur lavabo
- Se déshabiller dans la douche

Dôjô

- Le nombre de pratiquant est limité à 1 personne pour 4 m2 (soit 36 personnes)
- Une seule personne à la fois dans l'entrée

Réfectoire et repas

Organisation

- Les stagiaires seront réunis par tables de 6 personnes maximum, respectant les MBs
- Il ne sera pas possible de changer de table durant le stage
- Les tables seront espacées d'au moins un mètre

Préparation

- 15 min avant chaque repas, la clochette sonnera
- Une personne par table (désignée pour la journée) viendra chercher les couverts pour mettre la table.
- Cette personne apportera les plats de sa table

Déroulement

- A l'heure du repas, la clochette sonne à nouveau
- Tous les pratiquants doivent se laver les mains au savon avant d'entrer dans le réfectoire
- L'entrée se fait par la porte Est du réfectoire
- Le repas est pris de préférence en silence
- A la fin du repas, la personne de service rapporte les plats et les couverts dans la zone mixte
- Elle nettoie la table
- Si, après 40 min, le réfectoire n'est pas vide, la clochette sonne à nouveau indiquant qu'il faut rapporter tous les plats

Boisson et pause fruits

- Pour les pauses, les fruits seront présentés de sorte que l'on puisse se servir d'une portion sans toucher celle des autres

- Verres marqués à son nom et thermos seront à disposition ainsi que du gel à utiliser après avoir manipulé les thermos

Moments d'échanges informels et de socialisation

- En extérieur
- Avec port du masque

Ventes annexes

- Un seul pratiquant à la fois à l'accueil

Décharge de responsabilité

La Falaise Verte ne pourra être tenue responsable des éventuelles contaminations au Coronavirus ou tout autre maladie, ni des accidents corporels de la vie courante qui pourraient se produire durant le stage.

Acceptation

Mon arrivée à la Falaise Verte et ma participation au stage signifie que je confirme :

- avoir lu ce protocole
- l'accepter dans son intégralité
- m'engager à le respecter