

PLANNING

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
KUNG FU	EVEIL ENFANT ACCOMPAGNÉ D'UN PARENT 2021/2022 2 à 3 ANS						
			11h15 12h00			11h15 12h00	
	EVEIL KUNG FU 2019/2020 4 à 5 ans						
			9h15 10h15			9h15 10h15	
	POUSSINS 2017/2018 6 à 7 ans						
			16h00 17h00			16h00 17h00	
TAEKWONDO	PUPILLES 2015/2016 8 à 9 ans						
			17h00 18h00			17h00 18h00	
	BENJAMINS - MINIMES 2011 à 2014 10 à 13 ans						
	ADOS - ADULTES 2010 et avant 14 ans et +	18h30 19h45	20h30 21h45	18h00 19h15	18h30 19h45	20h30 21h45	18h00 19h15
	COMPÉTITION					15h00 16h00	
SANDA	PUPILLES - BENJAMINS 2015 à 2018 6 à 9 ans						
		17h15 18h15			17h15 18h15		
	MINIMES - CADETS 2011 à 2014 10 à 13 ans						
	ADOS - ADULTES 2010 et avant 14 ans et +	18h15 19h15			18h15 19h15		
TAICHI	ADOS - ADULTES 2010 et avant 14 ans et +						
		19h15 20h30			19h15 20h30		
	COMPÉTITION		15h00 16h00				
	POUSSINS PUPILLES 2015 à 2018 6 à 9 ans			10h15 11h15		10h15 11h15	
TAICHI	BENJAMINS 2011 à 2014 10 à 13 ans						
		14h00 15h00			14h00 15h00		
	ADOS - ADULTES 2010 et avant 14 ans et +	19h45 21h00		19h45 21h00			
COURS LIBRE TOUTES DISCIPLINES	COMPÉTITION						
			15h00 16h00				
TAICHI		12h15 13h30	19h15 20h30			12h15 13h15	
COURS LIBRE TOUTES DISCIPLINES			20h30 21h45			19h15 20h30	



Kung Fu Wutao

Kung = persévérance, volonté
Fu = l'homme
Kung Fu = l'homme accompli

Art martial complet, popularisé par Bruce Lee, le kung fu est d'origine chinoise. On y étudie la self-défense (Chin Na), les taos (enchaînements codifiés) avec leurs applications et le combat.



Taekwondo

Tae = pied kwon = poing do = voie
Taekwondo = la voie du pied et du poing

D'origine coréenne, désormais épreuve des jeux olympiques, on le surnomme le « karaté volant » de par ses nombreuses techniques de coups de pieds. On y travaille les Poom See (enchaînements codifiés) ainsi que la self-défense et le combat.



Maître Hoàng
NGHI
4^{ème} DAN

FINALISTE JEUX MONDIAUX
PRÉSELECTIONNÉ JEUX OLYMPIQUES



LIONEL
Caratini
Ceinture Noire



LOÏC
Molla
Champion de France



Taichi

Taï = faite suprême Chi = énergie
Taï Chi = travail de l'énergie interne

Gymnastique douce et thérapeutique chinoise. Le Taï Chi est un art martial dit interne, basé sur le développement d'une force souple et dynamique. C'est la « Boxe de l'Eternelle Jeunesse ».

Eveil enfants 2 à 3 ans accompagné d'un parent

Initiation aux arts martiaux. Les enfants pratiquent par le jeu et améliorent leur équilibre, leur maîtrise dans l'espace, les notions de gauche et droite, la sociabilisation. Pratique en binôme avec un parent obligatoire pour les 2-3 ans.
Tarif parent accompagnant : 70€/an



PATRICK
Lê Hoàng Ba
CEINTURE NOIRE
5^{ème} DAN
MONITEUR FÉDÉRAL



PHILIPPE
Comes
CEINTURE NOIRE
6^{ème} DAN
DIPLOMÉ D'ÉTAT



DARWIN
Roux
CEINTURE NOIRE
2^{ème} DAN
MONITEUR FÉDÉRAL



LIONEL
Caratini
CEINTURE NOIRE
2^{ème} DAN
ASSISTANT FÉDÉRAL



NICOLAS
Jarry
CEINTURE NOIRE



JONATHAN
Barroso
CEINTURE NOIRE
3^{ème} DAN



JOHANNA
Azulay
CEINTURE NOIRE



GWENAËL
Maillard
CEINTURE NOIRE
3^{ème} DAN
MONITEUR FÉDÉRAL



PETER
Maclean
CEINTURE NOIRE
2^{ème} DAN



JOHAN
Thenaisy
CEINTURE NOIRE



MARIO
Crea
CEINTURE NOIRE



MOHAMED
Boutmart
CEINTURE NOIRE



JALIS
Yahyaoui
CEINTURE NOIRE
VICE-CHAMPION DE FRANCE



JULIEN
Léon
CEINTURE NOIRE



ALAIN
Giorsetti
CEINTURE NOIRE



JORDI
Ramallo
CEINTURE NOIRE



OLIVIER
Fabre
CEINTURE MARRON

Sanda - Boxe chinoise

San = libre Da = frapper
Sanda = combat libre

Sport de combat alliant boxe, pieds-poings, saisies et projections. Le Sanda est une discipline enseignée dans les corps de l'armée chinoise.



MAXIME
Bessot
Ceinture Noire
Champion de France



NICOLAS
Saez
Ceinture Noire
Champion de France



ETIENNE
Danchin
Gants d'Or



ELOÏSE
Bessot
Vainqueur Trophée
Hoàng Nam 2024



PHILIPPE
Pelletier



