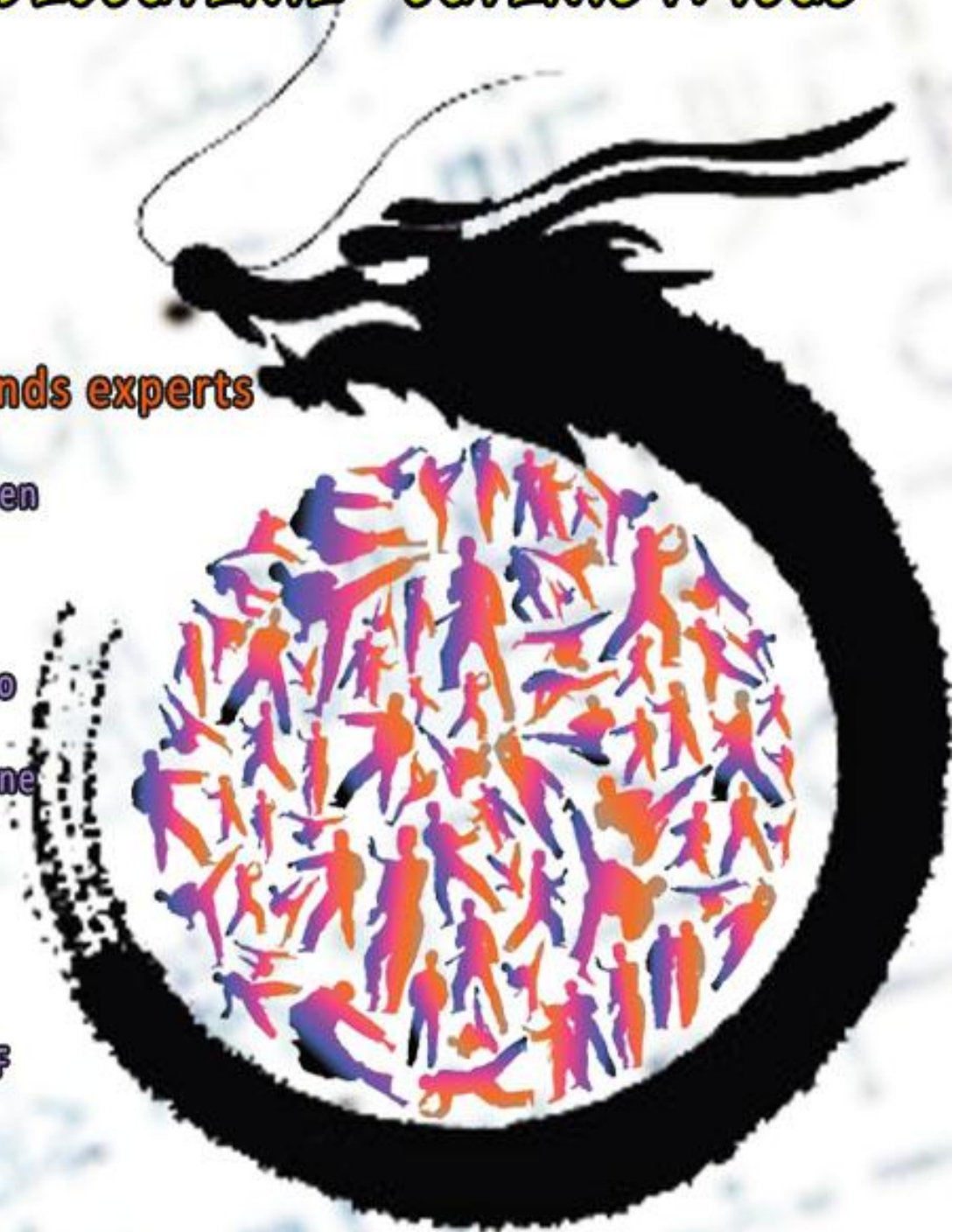


SEMINAIRE DES ARTS COREENS

Stages DECOUVERTE - OUVERTS A TOUS

Les plus grands experts

- Nunchaku Coréen
- Tae Kwon Do
- Haedong Kumdo
- Cuisine Coréenne
- Hapkimudo
- Taekkyon
- Taekwon-Do ITF



4-5 juin 2016
Montpellier

<http://www.seminairedesartscoreens.fr>

ACTIVITES ET INTERVENANTS



Kick'n Form

STAGE TRES FACILE

Intervenants :
Mlle Lionne Corinne / Horiya Hiromi

DESCRIPTION

Le kick'n Form est une méthode d'échauffement et de fitness qui inclut des mouvements d'arts martiaux. Il permettra un échauffement complet, en musique et dans une bonne humeur partagée.



Ssang Jol Gon (Nunchaku coréen)

Niveau de stage : Facile

Intervenant : Maître Park Pil Won

DESCRIPTION

Le Nunchaku coréen est la nouveauté de ce séminaire. Cette pratique est très riche techniquement avec un travail à 1 puis 2 Nunchaku. Vous y découvrirez les mouvements de base, les enchaînements codifiés, et une partie combat



Hapki Mudo (self-défense)

Niveau de stage : Facile et Moyen

Intervenant : Maître Lee Kang Jong

DESCRIPTION

L'Hapkimudo est une méthode de self-défense coréenne enseignée par maître Lee Kang Jong, expert impressionnant de vitesse et de précision. Vous y aborderez des techniques qui peuvent être utiles dans la vie de tous les jours.



Taekkyon

Niveau de stage : Facile

Intervenants : Me Bressy / Me Pinot

DESCRIPTION

Le Taekkyon est régulièrement présenté comme l'ancêtre du Taekwondo. Il n'en est rien, c'est un art martial traditionnel qui laisse une belle place aux coups de pieds très spectaculaires, mais aussi aux balayages et aux poussées de main.



Haedong Kumdo (sabre coréen)

Niveau de stage : Facile et Moyen

Intervenant : Maître Rae Yu Hyoung

DESCRIPTION

Le Sabre coréen est une méthode de sabre très dynamique. Le combat est envisagé sous tous les angles à un contre plusieurs, ... Maître Yu vous fera aussi découvrir le TIR A L'ARC coréen.



Taekwondo ITF

Niveau de stage : Facile et Moyen

Intervenant : Maître Lilyan Doulay

DESCRIPTION

Le Taekwon-Do ITF est le TKD d'origine, fondé par le général Choi. Il est développé un large panel de techniques de pieds et de bras, dans un but d'auto-défense. Maître Lilyan Doulay est 3 fois champion d'Europe.



Taekwondo WTF Poom See

Niveau de stage : Moyen et Difficile

Intervenant : Maître Jaeung Shin

DESCRIPTION

Le TKD WTF est aujourd'hui le plus répandu dans le monde ! Maître Shin est spécialisé dans les Poom See. Toujours de bonne humeur il anime les stages avec une grande passion !



Cuisine coréenne

Niveau de stage : Facile

Intervenant : Restaurant Omija

DESCRIPTION

Vous pourrez apprendre lors d'un cours à cuisiner un plat typiquement coréen proposé par le restaurant Omija. Mais vous pourrez aussi déguster 2 plats coréens lors des repas du samedi et dimanche midi.

PROGRAMME DES STAGES

Enfants dès 4 ans – Ados et adultes

Ce planning est prévisionnel. Il est susceptible de modifications pour des raisons d'organisation.

Samedi 4 juin 2016 – Stages ados-adultes (8 ans à 99 ans)

Horaire	Thème	N° de stage	Lieu
9h15-10h00	Kick'n Form	Gratuit	
10h15-12h00	Hapki Mudo	Stage 1	
10h15-12h00	Haedong Kumdo (sabre)	Stage 2	
12h00-14h00	Repas coréen	13 euros	
14h00-15h15	Ssang Jol Gon(Nunchaku)	Stage 3	
14h00-15h30	Taekwondo WTF	Stage 4	
14h00-15h30	Haedong Kumdo (sabre)	Stage 5	
15h45-17h45	Hapki Mudo	Stage 6	
15h45-17h45	Taekkyon	Stage 7	
15h45-17h45	Taekwondo ITF	Stage 8	

Samedi 4 juin 2016 – Stages ENFANTS (4 à 7 ans)

Horaire	Thème	N° de stage	Lieu
14h00-15h00	Taekkyon	Stage 9	
15h15-16h15	Préparation passage de grade	Stage 10	
16h30-17h30	Taekwondo WTF	Stage 11	

Dimanche 5 Juin 2016

Horaire	Thème	N° de stage	Lieu
9h00-10h30	Taekwondo WTF	Stage 12	
9h00-10h30	Taekkyon	Stage 13	
9h00-10h30	Ssang Jol Gon (Nunchaku)	Stage 14	
10h45-12h00	Hapki Mudo	Stage 15	
10h45-12h00	Haedong Kumdo (sabre)	Stage 16	
10h45-12h00	Taekwondo ITF	Stage 17	
10h00-12h00	Cuisine	Stage 18	
12h00-14h00	Repas	13 euros	
14h00-17h00	Séminaire*	Stage 19 (35 euros-seul)	

*Séminaire

Intervention de tous les Maîtres en même temps sur 1 thème de travail.

C'est l'occasion de découvrir tous les arts martiaux sur 1 séance.

L'objectif est d'avoir plusieurs visions de la même technique, des applications combat, technique, self-défense,... C'est sans aucun doute un stage très enrichissant.

ADRESSES

Le LIEU RESTE A DEFINIR

Les informations arrivent bientôt

DOSSIER D'INSCRIPTION INDIVIDUEL

Nom : _____ Prénom : _____

Grade : _____ Club : _____

MAIL : _____ Téléphone : _____

En m'inscrivant je m'engage à respecter les horaires et le règlement du stage. Je m'inscrits pour les stages suivants :

Forfait	Tarifs ados-adultes	Stage choisi	TOTAL
Stage de cuisine (1 stage)	20		
1 stage (préciser le stage choisi)	20		
2 stages (préciser les stages choisis)	25		
3 stages (préciser les stages choisis)	30		
SEMINAIRE SEUL (Dimanche après-midi)	35		
Journée du Samedi 4 (préciser les stages choisis)	50		
Journée du Dimanche 5 (Hors cuisine) (préciser les stages choisis)	50		
Stage TOTAL (4 et 5 Juin)-Hors cuisine (préciser les stages choisis)	70		
Repas coréen Samedi midi	13		
Repas coréen Dimanche midi	13		
		TOTAL	

Forfait	Tarifs Enfants 4 à 7 ans	Stage choisi	TOTAL
1 Stage (préciser le stage choisi)	10		
2 Stages (préciser les stages choisis)	15		
3 stages (préciser les stages choisis)	20		
Repas coréen Samedi midi	13		
Repas coréen Dimanche midi	13		
		TOTAL	

AVANT LE 27 Mai 2016

(après ou sur place prévoir 20 Euros de plus)

Règlement par Chèque Espèce Virement
 Pour le virement

<p>DOMICILIATION Code établissement 13506 Code guichet 10000 Numéro de compte 04923839000 Clé RIB 09</p> <p>IBAN (International Bank Account Number) FR76 1350 6100 0004 9238 3900 009</p> <p>Code BIC (Bank Identification Code) - Code swift: AGRIFRPP835</p>	<p>PAR LA POSTE</p> <p>A renvoyer à (avant le 27 mai 2016) Montpellier Haedong Kumdo 74 Rue du Mas Miécamp – 34000 Montpellier</p>
---	--

