

Vie du Club

- * Formation de 30 ceintures noires.
- * Production de vidéos pédagogiques :
 - "Taos et Enchaînements"
 - "Combat et Compétition de Kung Fu"
 - "Kung Fu Sanda"
 - "Comment Réussir Sa Ceinture Noire de Kung Fu"
 - "L'Encyclopédie Audiovisuelle des Arts Martiaux de Shaolin"
- * Réalisation du livre Shaolin Kung Fu, le livre de référence sur le Kung Fu.
- * Organisation de nombreux stages et Festivals d'Arts Martiaux avec les Moines du Temple de Shaolin.
- * Démonstrations lors de grandes manifestations caritative, culturelle ou sportive afin de promouvoir notre Art Martial.
- * Stages d'armes ;
Nunchakus, Bâton, Sabre, Épée, Chaîne à neuf sections...



Compétitions



- * plus de 20 titres de Champion de France et Vainqueur de la Coupe de France.
- * 5 titres de Championne de France,
- * chez les enfants, plus de 10 titres de Champions de France et plusieurs médailles d'Argent.

Programme des cours

- * Échauffement avec entretien du système cardio-vasculaire et musculaire
- * Étirements, Gymnastique
- * Self Défense
- * Chi-na : techniques de clé et de saisie
- * Projections et balayages
- * Techniques de coups de poings et coups de pieds
- * Techniques d'animaux : Grue, Serpent, Léopard, Tigre, Dragon, Mante Religieuse..
- * Taos : combat réel contre un ou plusieurs adversaires imaginaires
- * Techniques de combat et combat
- * Qi Qong et Travail d'Énergie Interne
- * Cours de rattrapage gratuit et facultatif un samedi matin par mois.



Enseignant : Aziz Terchague

Professeur Diplômé d'État
Ceinture Noire 5ème Dan
3 fois Champion de France
3 fois Vainqueur de la Coupe de France
Ancien Membre de l'Équipe de France Combat
Partenaire du Temple de Shaolin.



Kung Fu Wu Shu Montpellier



功夫

少林



CENTRE DES ARTS MARTIAUX

2049, Avenue de Toulouse
34070 Montpellier

04 67 07 57 97 / 06 14 36 27 22

www.centredesartsmartiaux.fr

www.kungfudeveloppement.com

