ARTS MARTIAUX

QWAN KI DO (KUNG-FU SINO-VIETNAMIEN)

"Le Qwan Ki Do (« La voie des énergies corporelles»), art martial vietnamien qui allie à la fois efficacité et tradition au travers de diverses techniques telles que les poings (tranchants, griffes, piques, paumes), les pieds, les coudes, les balayages, les ciseaux, les projections, les saisies, les clées, la self-défense..
Sa pratique est caractérisée par divers aspects, notamment les enchaînements techniques (Quyên), les techniques seules, les techniques à deux, les assauts, les armes traditionnelles...
Le Qwan Ki Do convient aux pratiquants de tous âges cherchant à développer leurs capacités physiques et mentales"

13 ans et +	Tous niveaux
Lundi	20h15-21h45

Equipe technique

Yann Nourry
CN 1er Dan
Diplômé instructeur fédéral

Tarifs 13 ans et +

219 € l'année de septembre à juin

Licence et frais de dossier non compris

Certificat médical obligatoire

Dojo des Phoenix
25 rue des Acacias - 72000 Le Mans
02 43 57 04 34
www.dojodesphoenix.com