



ECOLE SON LONG VIET VO DAO

CENTRE MARTIAL & CULTUREL

CHABEUIL – VALENCE Petit Charran – ALIXAN – BOURG LES VALENCE – VALENCE Fontlozier – CREST



INTERVENTION

Milieus scolaires - centres de loisirs - Maisons de retraites

Les Différents ateliers

⇒ Viet Vo Dao

Que ce soit en club ou en milieu scolaire le Viet vo dao Son Long peut participer au développement de l'enfant et de l'adolescent, tant du point de vue psychomoteur que de l'apprentissage de la citoyenneté. Notre discipline contribue à cultiver l'échange, l'entraide et le respect mutuel. En effet l'objectif n'est pas de détruire l'adversaire ou même de le vaincre sportivement.

Pour autant à l'instar du sport il s'agit bien de dépasser la difficulté, de se dépasser, mais avec les autres et en respectant des règles et des consignes de sécurité utiles à tous. Le mode coopératif implique la notion de partenaire et non pas d'adversaire. Progresser ensemble oui, la coopération n'exclut pas la difficulté et la rigueur, il n'y a pas que dans la compétition que l'on peut devenir plus fort. Dans cette perspective humaniste il s'agit plus de devenir meilleur que d'être le meilleur au détriment des autres

Accessible aux enfants à partir de 4 ans sans limite d'âge pour les adultes, le Viet Vo Dao est un art martial qui s'adresse à tous. Hommes et femmes peuvent s'épanouir grâce à la pratique de cet Art. Basé sur des programmes adaptés à chaque individu selon sa morphologie (enfants, débutants, féminines, séniors, pratiquants confirmés). Le Viet Vo Dao Son Long propose une prise de conscience de son corps par le biais de Techniques à mains nues, Techniques de respiration, Travail avec des accessoires en mousse :

Viet Vo Dao Son Long pour les enfants :

- Enchaînements à mains nues
- Exercices respiratoires
- Etude des Positions de bases du Viet Vo Dao
- Initiation au maniement d'accessoires en mousse
- Jeux de réflexe et d'opposition

⇒ Bat Quai Chuong (forme dynamique de Tai Chi Chuan)

L'objectif du Bat Quai Chuong est la recherche de l'équilibre personnel et du calme intérieur. Les formes internes ne sont pas focalisées sur la performance sportive, bien au contraire l'accent est mis sur le développement personnel, le bien-être et la santé. Il peut être utilisé à but thérapeutique, cette pratique permet : accomplissement personnel, recherche de paix intérieure et d'harmonie.

⇒ Culture vietnamienne : À la découverte du Vietnam

La culture du Vietnam qui est la civilisation agricole basée sur la culture de riz est une des plus vieilles en Asie. Terre de beauté et de profonde culture, le Vietnam recèle des trésors naturels et d'hospitalité.

L'activité peut-être :

- > Permanente : toute la saison et renouvelable,
- > Intermittente : 1 trimestre et renouvelable,
- > Ponctuelle : une saison, un trimestre, une ou plusieurs séances.

L'Equipe d'Encadrement

L'équipe pédagogique est expérimentée, nous pouvons intervenir avec un ou plusieurs formateurs selon les groupes, la démarche pédagogique et la spécialité à enseigner.

Nous sommes agréés par la DDJS (n°2698011)

Claude Kaoudji - Responsable technique - Diplôme Animateur Arts Martiaux UFOLEP 2^{ème} degré
Diplôme instructeur fédéral,
Tronc commun BEES1

Matériel

Fournis par nos soins : accessoires en mousse - Raquettes - Boucliers – Paos - cerceaux - etc

Tarifs

Nous contacter

Contacts

Ecole Son Long Viet Vo Dao

Claude Kaoudji

19, rue des Chalets

26500 Bourg les Valence

Tél. : 06 67 12 70 25

www.vietvodao-sonlong.com

Courriel : clkaoudji@free.fr