



AAMYF - YMAA France

Siège social
7 impasse Crozatier
75012 PARIS

Tél : (+33)6 82 04 33 11
www.ymaafrance.com
vm@ymaafrance



Victor MARQUES

Président de la YMAA France, de YMAA Paris et de YMAA Bordeaux
Disciple et représentant en France du Dr Yang Jwing Ming
Elève direct depuis 1990



Robert WAS

Président de la YMAA Cracovie - Pologne
Disciple et représentant en Pologne du Dr Yang Jwing Ming
Elève direct depuis 1986

Stage d'Automne de la YMAA France



1
week end

4
Modules

*"une opportunité de développer
ses connaissances et ses sensations"*

Kungfu Chang Quan - Qin Na
Kung Fu Bai He Quan - Qigong
Taijiquan style Yang - Bing Qi
Xing Yi Quan - San Da - Shuai Jiao

Tarifs & lieu

plein tarif (TTC en Euros)	3 h	6 h	9 h	12 h
Non membre YMAA	45	80	94	118
(**) Organismes partenaires	40	70	80	101
(*) Membres YMAA - IPAC	30	55	71	89
(*) Membres Gradés YMAA (assistant instructeur)	28	50	66	83
(*) Directeur d'école YMAA	25	45	61	77

(*) : Membres étant à jour de cotisation auprès d'une école YMAA

(**) : Organismes en relation avec Victor Marques

Lieu :

Paris 11^e - 16 rue Lechevin - Groupe Scolaire St Antoine
Métro : Voltaire - Parmentier - St Maur

- 50%

*Si vous amenez un(e) ami(e),
qui n'est pas membre YMAA et/ou qui n'a jamais
pratiqué au sein du groupe YMAA,
s'entraîner aux modules auxquels
vous assisterez,*

OBTENEZ une réduction de 50 %
sur votre montant.

Ps : si 2 amis(es) = séminaire gratuit

Description



Kungfu de la Grue Blanche 白鶴

01 déc - 09h30 - 12h30

"Saisissez l'essence d'un style ancestral"

Le style de Kungfu de la Grue Blanche est un des styles les plus connus et développé au sud de la Chine. Ancêtre du Wing Chun (le style du printemps radieux) ou du Karaté d'Okinawa Shorin Ryu, Uechy ryu, etc...), le Kungfu de la Grue Blanche est considéré comme un style dur-doux, spécialisé dans les techniques de combat à courte distance. Imitant les mouvements gracieux des fameux oiseaux, symbole de la longévité, il incorpore un travail énergétique (qigong), de renforcement, de manifestation souple de la puissance (Jin fouetté), de forme de combat (pan shou), d'apprentissage de séquences seuls ou avec partenaire et le maniement des armes.

Public : tous

Programme : Séquence Bai He et applications

Pour aller plus loin : plusieurs DVDs et livres seront en vente sur place



Kungfu du Poing Long

01 déc - 14h30 - 17h30

"Retrouver l'esprit martial d'un art puissant et rapide"

Le Poing Long est un style rapide, puissant et facile à apprendre ! Ancêtre du Kung Fu Wu Shu moderne, l'étude des applications martiales des mouvements des séquences permet de découvrir les nombreuses possibilités martiales qu'offre le mouvement initialement exécuté dans le vide. L'élève aura ainsi des pistes d'étude qu'il pourra investir rapidement en combat (Sanda ou San Shou). Quelque soit le style de Kung Fu pratiqué, ce stage offre les bases nécessaires à la compréhension de la stratégie de combat de cet art.

Public : tous

Programme : Applications martiales de séquence (Tan Tui, Lien Bu Quan)

Pour aller plus loin :

- plusieurs DVDs et livres seront en vente sur place



Taijiquan 太极拳

02 déc - 09h30 - 12h30

"Percevez les intentions de votre partenaire"

Le **Taijiquan** de la famille Yang ou «Boxe du Faîte Suprême» est sans conteste l'art martial interne chinois le plus répandu dans le monde. Fondé sur les philoso-

phies taoïstes du **Yin/Yang** et du **Bagua** (8 trigrammes), il possède des techniques de combat basées sur 8 principes (potentiels) combinés à 5 déplacements. L'enchaînement seul est l'élément le plus étudié à travers le monde. Nous étudierons les techniques et ses applications martiales seront ensuite présentées.

Rendez votre Taijiquan vivant et efficace avec le travail des mains collantes.

Public : tous

Programme : 2tude de la séquence et de ses applications martiales

Pour aller plus loin : plusieurs DVDs et livres seront en vente sur place



Poignard - Bi Shou shu 匕首術

02 déc - 14h30 - 17h30

"Une arme à connaître si l'on pratique les arts martiaux"

"Les violences se multiplient dans le monde et les statistiques montrent que quelqu'un est mutilé ou tué au couteau toutes les cinq minutes. Votre meilleure défense est la prise de conscience, puis l'évitement"

Le couteau (le poignard) est sûrement l'une des armes tranchantes les plus anciennes ! Il est indispensable d'en connaître les bases pour éventuellement pouvoir garder la distance et éviter le combat. Blocages, déplacements et contre attaques simples et rapides doivent être connus de tous !

Il est important de savoir que le combat au couteau met en avant les peurs les plus primaires et que lors d'une vraie altercation le risque de blessure est élevé. Soyons alerte face à cette éventualité.

Public : tous

Programme : Théorie, Précautions, Techniques de bases

Matériel : couteau en bois (type tanto) ou plastique

Pour aller plus loin : plusieurs DVDs et livres seront en vente sur place

Fiche d'inscription

Inscrivez-vous rapidement en ligne : www.ymaafance.com -

inscription manuscrite ci-dessous :

Nom : **Prénom** :

Adresse :

Code : **Ville** :

Tél. : **Email** :

Modules (entourez) : Mod 1 Mod 2 Mod 3 Mod 4

Personne parrainée :

Montant : €

"Lu et approuvé"

Date :

Signature :

Conditions :

Stage ouvert à partir de **20 participants** ! **Suivre l'évolution sur le site web**

* L'inscription manuscrite (ci-contre) ne sera effective que lors de la réception d'un acompte de 50% et à renvoyer accompagnée du paiement à : **YMAA France, adresse courrier** : 7 impasse Crozatier 75012 Paris Si l'annulation par le stagiaire intervient aucun remboursement ne sera possible.

* inscription en ligne sur le notre site : www.ymaafance.com - paiement sur place. Après confirmation de votre inscription, votre paiement est dû !

* L'organisateur décline toute responsabilité en cas de vols, dégradations ou pertes.

* Je déclare être conscient des activités (martiales) que je vais pratiquer et je ne tiendrai pas pour responsable le dirigeant ou l'organisateur du stage ou un de ses participants en cas d'accident lors d'un échange technique dans le cadre de l'activité.

* Je déclare également ne pas fournir de contre-indication médicale à la pratique des arts martiaux enseignés lors de ce stage et m'engage à informer l'organisateur si un changement médical pouvait avoir des conséquences sur mon entraînement.