

KUNG FU WU SHU



ADULTES

ENFANTS



CROIX-ROUSSE - LYON 1 - LYON 8

SAISON 2019-2020

www.taichi-kungfu.fr



KUNG-FU WUSHU

Les entraînements de Kung-Fu (*wushu*) sont basés à la fois sur l'étude des *ji ben gong* 基本功 (*travail des fondamentaux*, dans lesquels se rangent notamment les déplacements, les pas, les coups de pieds, les sauts,..) et de *taolu* 套路 (*enchaînements codifiés*, plus connus sous leur nom Japonais de "Kata").



Ils développent, de manière structurée et pédagogique, le tonus, la souplesse, l'efficacité des mouvements et la coordination. Le style enseigné est le style Chang Quan 长拳 et la pédagogie adoptée est celle développée par l'Université des Sports de Luoyang.

L'étude des applications martiales des *taolu* (développant force interne et aptitudes martiales), ainsi que le « Sanda » (*combat*) et la pratique des armes (*sabre, épée, lance*) sont également enseignés.



Le style traditionnel enseigné lors des stages est le Baji Quan 八极拳, la « boxe des huit extrémités ».

Réputé en Chine pour son efficacité martiale, il est originaire du village de Mengcun (province du Hebei) et a longtemps été très pratiqué dans la communauté musulmane chinoise (hui).

ADULTES & ENFANTS

Cours	Jour	🕒 Horaire	Lieu
<u>Adultes</u> (et Ados à partir de 13 ans)	Mardi	19H30 - 21H	Lyon 8^{ème}
	Jeudi	19H - 20H30	Lyon 1^{er}
<u>Enfants</u> (à partir de 6 ans)	Mardi	18H30 - 19H30	Lyon 8^{ème}
	Jeudi	18H - 19H	Lyon 1^{er}

Tarif Kung-Fu	Normal	Réduit
Adultes (forfait 2 cours/semaine)	305 €	260 €
Enfants (1 cours/semaine + 2 ^{ème} cours gratuit)	180 €	155 €

Coupons Sports acceptés. Possibilité de payer en trois fois. L'adhésion annuelle à l'association (27 €) est à ajouter au tarif annuel. Tarifs réduits adultes applicables selon les ressources. Tarif réduit Kung-Fu enfant pour les fratries uniquement.

Cours d'essai gratuit

LYON 8

Mardi 17 Sept. 2019

Enfants : 18H30

Adultes : 19H30

LYON 1 CROIX-ROUSSE

Jeudi 19 Sept. 2019

Enfants : 18H

Adultes : 19H



Inscription au cours d'essai par email ou téléphone

TÉLÉPHONE : 06.77.63.94.22

Le Club et l'Enseignant

L'association Chuan Tong, fondée en 2001 par l'un des rares Occidentaux officiellement reconnu disciple de la 11^{ème} génération à Chenjiagou (*lieu de création du Taijiquan*), dispense des cours de Tai-Chi et Kung-Fu (adultes et enfants) dans plusieurs arrondissements de Lyon. Chuan Tong 传统 signifie traditionnel.

Le club est vice-présidé par Maîtres Zheng Xu Dong et Shen Zhen Jun et travaille en partenariat avec l'Association de Kung-Fu Traditionnel de Luoyang (*province du Henan en Chine*) et le département Kung-Fu Wushu de l'Université des Sports de Luoyang.

L'enseignant, Philippe, pratique le Kungfu depuis plus de 25 ans et l'enseigne depuis 15 ans. Formé deux mois par an en Chine pendant 10 ans, il intègre pendant un an la section Kungfu Wushu de l'Université de Luoyang en 2015, d'où il sort diplômé.

Il y pratique plusieurs styles auprès de Champions Nationaux et se forme en Kung-Fu traditionnel, notamment au Baji Quan. Educateur sportif, apprécié de tous ses élèves, il est aussi, lors des voyages en Chine, le dynamique accompagnateur toujours disponible et connu pour sa bonne humeur légendaire et son sens de l'organisation. Véritable passionné, il continue aujourd'hui encore chaque année ses entraînements estivaux intensifs de 6 heures par jour.

Informations Pratiques

 **INSCRIPTIONS** sur internet

www.taichi-kungfu.fr

 **ADRESSES DES COURS**

LYON 1^{ER} : ESPACE VAUCANSON | 4, RUE VAUCANSON

LYON 8^{ÈME} : GYMNASÉ PERGAUD | 17, RUE CDT PEGOUT

Plus d'informations et tous les plans d'accès, sur notre site. Y accéder avec code QR.

 **RENSEIGNEMENTS**

 06 77 63 94 22

 chuan.tong@gmail.com

 www.taichi-kungfu.fr

www.facebook.com/ChuanTongInternational/

