

MONTPELLIER HAEDONG KUMDO



SÉMINAIRE
Des
ARTS COREÉENS

MONTPELLIER • 2 > 3 DÉCEMBRE 2017

ARTS & CULTURE CORÉENNE - STAGES DÉCOUVERTE OUVERTS À TOUS

GENTRE SPORTIF UNIVERSITAIRE - 532 AV. PROFESSEUR EMILE JEANBRAU - 34000 MONTPELLIER

CONTACT: 06 89 07 33 13

ENTRÉE: 2€ AU PROFIT DU **Téléthon**



www.seminairedesartscoreens.fr



TAEKWONDO33

TOP IT

ACTIVITES ET INTERVENANTS



Body Taekwondo

STAGE TRES FACILE

Intervenant : Mlle Céline Ména

DESCRIPTION

Le body Taekwondo est une méthode d'échauffement et de fitness qui inclut des mouvements d'arts martiaux. Il permettra un échauffement complet, en musique et dans une bonne humeur partagée.



Ssang Jol Gon (Nunchaku coréen)

Niveau de stage : Facile

Intervenant : Maître Park Pil Won

DESCRIPTION

Cette pratique est très riche techniquement avec un travail à 1 puis 2 Nunchaku. Vous y découvrirez les mouvements de base, les enchaînements codifiés, et une partie combat. Maître Park Pil Won vous fera découvrir cet art grâce à une pédagogie adaptée.



HapkiMudo (self-défense)

Niveau de stage : Facile et Moyen

Intervenant : Maître Lee Kang Jong

DESCRIPTION

L'Hapki Mudo est une méthode de self-défense coréenne enseignée par maître Lee Kang Jong, expert impressionnant de vitesse et de précision. Vous y aborderez des techniques qui peuvent être utiles dans la vie de tous les jours.



Taekwondo Contact (TKD contact)

Niveau de stage : Facile et Moyen

Intervenant : M. Mathieu Damiano

DESCRIPTION

Ch du MONDE en kick Boxing et membre de l'équipe de France de TKD, Mathieu vous fera découvrir la version Pieds/poing du TKD. Grand pédagogue il abordera de façon progressive le contact.



Haedong Kumdo (sabre)

Niveau de stage : Facile et Moyen

Intervenant : Maître Yu Rea Young

DESCRIPTION

Le sabre coréen est une méthode de sabre très dynamique. Le combat est envisagé sous tous les angles à un contre plusieurs,... Le travail est à la fois très technique et ludique. Il s'adapte à tous les publics.



Taekkyon

Niveau de stage : Facile et Moyen

Intervenant : Maître Guillaume Pinot

DESCRIPTION

Le Taekkyon avec ses règles simples et respectueuses a développé une panoplie de techniques et d'enchaînements alliant fauchages, crochetages, poussées, saisies et coups de pied, sans nécessité de porter de protection.



Taekwondo WTF (TKD WTF)

Niveau de stage : Moyen et Difficile

Intervenant : Maître Jaeung Shin

DESCRIPTION

Le TKD WTF est aujourd'hui le plus répandu dans le monde ! Maître Shin est spécialisé dans les Poom See. Toujours de bonne humeur, il anime les stages avec une grande passion !



Taekwondo style Kwon (TKD Kwon)

Niveau de stage : Facile et Moyen

Intervenant : Maître Thomas Weiss

DESCRIPTION

Le Taekwondo traditionnel selon le style de Kwon, Jae Hwa est un Taekwondo qui préserve ses racines dans la technique, le non contact et la motricité.



Cuisine coréenne

Niveau de stage : Facile

Intervenant : Restaurant Omija

DESCRIPTION

Vous pourrez apprendre lors d'un cours à cuisiner un plat typiquement coréen proposé par le restaurant Omija. Mais vous pourrez aussi déguster 2 plats coréens lors des repas du samedi et dimanche midi.

EXPOSITION PHOTOS

TENUES TRADITIONNELLES COREENE

REPAS COREEN

PROGRAMME DES STAGES

Légende : ● Facile (accessible à tous) ● Moyen (accessible aux sportifs) ● Difficile (stage spécialisé) (5) numéro du stage

SAMEDI 2 DECEMBRE 2017 – STAGES ADOS-ADULTES (DE 8 A 99 ANS)

Horaire	Choix	Choix	Choix	Choix	Mon Choix
8h15	Accueil – Café – petit déj - Inscriptions				
9h15-10h00	Body taekwondo (Gratuit) ●				
10h15-12h00	Hapkimudo (1) ●	TKD WTF (2) ●	Taekkyon (3) ●	Nunchaku (4) ●	
12h00-14h00	Repas Coréen (préinscription) et buvette				
14h00-15h30	Sabre Coréen (5) ●	TKD contact (6) ●	Nunchaku (7) ●	Cours Cuisine (8) ●	
16h00-17h45	Taekkyon (9) ●	Hapkimudo (10) ●	TKD WTF (11) ●		

SAMEDI 2 DECEMBRE 2017 – STAGES ENFANTS (4 A 7 ANS)

Horaires	Thèmes	N° de stage	Lieu
14h00-15h15	Taekwondo (prépa grade) ●	Stage 12	532 av du professeur Emile jeanbrau - Montpellier
15h30-16h30	Nunchaku enfants ●	Stage 13	
16h30-17h30	Taekwondo contact (light) ●	Stage 14	

SOIREE à 19h00

La soirée est **OUVERTE** à TOUS ceux qui participent au séminaire et leurs proches
Elle est gratuite pour les enfants et les adultes ! **CHACUN APPORTE A BOIRE ET A MANGER (pour partager)**. Merci de prendre des spécialités de votre région, possibilité de réchauffer (pas de chips, de cacahuètes,...)

INSTITUT NAZARETH
Rue Nazareth
Vous jouez de la musique
prenez vos instruments

DIMANCHE 3 DECEMBRE 2017 – STAGES ADOS-ADULTES (DE 8 A 99 ANS)

Horaire	Choix	Choix	Choix	Choix	Mon Choix
8h15	Accueil – Café – petit déj - Inscriptions				
9h15-10h30	Nunchaku (15) ●	Sabre Coréen (16) ●	Taekkyon (17) ●		
10h45-12h15	Hapkimudo (18) ●	TKD contact (19) ●	TKD-Kwon (20) ●	TKD WTF (21) ●	
12h15-14h00	Repas Coréen (préinscription) et buvette				
14h00-15h30	TKD contact (22) ●	TKD WTF experts (23) ●	Taekkyon (24) ●	Sabre (25) ●	
15h45-17h15	Hapkimudo (26) ●	TKD WTF (27) ●	TKD-Kwon (28) ●		

TARIFS REDUITS

Nous proposons un tarif réduit au delà de
8 INSCRITS DU MEME CLUB

Le tarif s'applique pour le même type de réservation
(à la journée, sur le we,...)

PAS DE TARIFS « A LA CARTE »

CARTE DE FIDELITEE

Elle sera mise en palce lors du séminaire et vous permet de cumuler des points,... et dans quelques temps de gagner des cadeaux (Stage gratuit avec un 9° Dan en janvier,...) ou des réductions sur nos prochains stages.

Elle est en vente 2 Euros et reste valable à vie



Buvette

Sandwich, café, thé Coréen,



Matériel sportif

KC Sport



Articles en bois

Moku Pellen



Journal des arts Coréens

Taekwondo choc



Expo photo

Découvrez la Corée en image



Matériel sportif

Tao Distribution



DOSSIER D'INSCRIPTION INDIVIDUEL

T-SHIRT SOUVENIR : 10 euros



Offert sur présentation de la licence FFTDA pour toute inscription a « stage Total »

Ils sont en précommande, avant le 18 Novembre
S'il en reste ils seront vendus sur place.



Forfait	Tarifs ados-adultes	Enfants 4 à 7 ans	Choix
Stage de cuisine	20		
1 stage au choix hors cuisine (préciser le n°)	25	12	
2 stages au choix hors cuisine (préciser les n°)	40	20	
3 stages au choix hors cuisine (préciser les n°)	50	25	
Journée du Samedi 2/12 (préciser les n°) HORS cuisine et repas	50		
Journée du Dimanche 3/12 (préciser les n°) HORS Repas	60		
Stage TOTAL (préciser les n°) HORS cuisine et repas	80		
Repas coréen Samedi midi	12	12	
Repas coréen Dimanche midi	12	12	
		TOTAL	

FAIRE LE REGLEMENT : AVANT LE 18 Novembre 2017 (Après ou sur place prévoir 20 Euros de plus)

NOM : Montpellier HAEDONG KUMDO Code Etabliss Guichet Compte Clé 13506 10000 04923839000 09 IBAN : FR76 1350 6100 0004 9238 3900 009 BIC AGRIFRPP835	PAR LA POSTE A renvoyer à (avant le 18 novembre 2017) Montpellier Haedong Kumdo 74 Rue du Mas Miécamp – 34090 Montpellier
---	--

PARTIE A RENVOYER (avant le 18 novembre)

Nom : _____ Prénom : _____
 MAIL : _____ Téléphone : _____

Je m'inscris pour les stages suivants : Samedi _____ Cuisine Repas
 Dimanche _____ Repas

Je commande un T-shirt : Homme Femme Taille S M L XL
 10 euros Licence FFTDA (t-shirt offert pour le forfait stage total)

Règlement par (avant le 18 novembre) Chèque Espèces Virement

En m'inscrivant je m'engage à respecter les horaires et le règlement du stage. Signature