

Participation : 150 €

Comprenant :

Les Cours (16 heures d'enseignement) +

- Hébergement en dortoir
- Pension complète
- Transport bateau

Inscription : avant le samedi 08 avril 2017

(le plus tôt sera le mieux pour les dortoirs)

Règlement : possibilité 1, 2 ou 3 chèques à l'ordre de « Asecam »
Chèques(s) à joindre à l'inscription

Option et en supplément

Sabre Traditionnel d'entraînement en bois **25 €**

Payable à la commande avant le samedi 08 avril 2017

Autorisation Parentale pour les mineurs

Je soussigné(e)

Responsable légal de

Autorise celui-ci (celle-ci) à participer au stage de KUNG-FU du 06, 07 et 08 mai 2017 sur l'Île de Ste Marguerite et autorise les organisateurs à prendre toutes dispositions en cas de nécessité médicale

Date :

Signature :

Important : Numéro(s) de téléphone à appeler en cas d'urgence :

S T A G E

SABRE

TRADITIONNEL

Dao Shu - 刀
Et/ou

TAÏCHI STYLE YANG

06, 07 et 08 mai 2017

Au Fort de l'Île Sainte Marguerite – Au large de Cannes



Organisé par l'ASECAM

Renseignements
Et
Inscriptions

06.14.60.81.34 ou

jmg.asecam@wanadoo.fr

Thème principal du stage :

Le Sabre Traditionnel

- ⇒ **Principes et Techniques de base du Sabre Traditionnel**
- ⇒ **Enchaînement (Taolu) de base**

Avec **Jean Marc GUIBILATO**
Professeur Diplômé d'Etat 6^{ème} Duan

Taïchi Chuan – Style Yang

- ⇒ **Petite Forme de Pékin**
- ⇒ **Applications martiales**
- ⇒ **Tuishou**

Avec **Jean Marie PORTOS**
Professeur Diplômé d'Etat

Equipement :

Obligatoire

- ✓ Tenue d'entraînement (avec tee-shirt de son club ou blanc uni avec manches courtes)
- ✓ Petit coupe-vent ou polaire ou survêtement (pour entraînement soir et matin) en extérieur
- ✓ Chaussures pour entraînement en extérieur (paire de basket ou autres)
- ✓ Chapeau ou casquette
- ✓ 1 sabre !

Conseillé

- ✓ Crème solaire et lunettes solaires
- ✓ Bouteille d'eau
- ✓ Lampe électrique

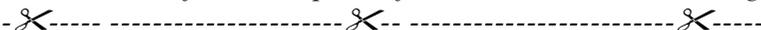
+ **Le nécessaire de toilette !**

PROGRAMME

Donné à titre indicatif

Samedi 06 mai	Dimanche 07 mai
Après-midi 14h00 : Départ bateau embarcadère Cannes, quai Laubeuf 14h45 : Réception des dortoirs et draps 15h00/17h00 : Temps libre 17h00/18h15 : Sabre ou Taïchi 18h15/19h00 Taïchi ouvert à tous 19h30 : Repas Soir 21h00-22h00 : Sabre et/ou Taïchi	Après-midi 13h30/17h00 : Temps libre (sieste, plage, ballade, jeux libres) 17h00/18h15 : Sabre ou Taïchi 18h15/19h00 Taïchi ouvert à tous 19h30 : Repas Soir 21h00-22h00 : Sabre et/ou Taïchi
Dimanche 07 mai	Lundi 08 mai
Matin 7h30/8h15 : Sabre et/ou Taïchi 08h30 : Petit Déjeuner Matinée 9h30/10h45 : Sabre ou Taïchi 10h45/11h30 Taïchi ouvert à tous 12h15 : Repas	Matin 7h30/8h15 : Sabre et/ou Taïchi 08h30 : Petit Déjeuner Matinée 9h30/10h45 : Sabre ou Taïchi 10h45/11h30 Taïchi ouvert à tous 12h15 : Repas Après-midi 14h30-16h00 : Sabre et/ou Taïchi 17h00 : Retour Quai Laubeuf vers 17h20

Susceptible d'être modifié ou adapté en fonction du nombre des stagiaires



Découper en suivant les pointillés

BULLETIN D'INSCRIPTION

Stage Ile Ste Marguerite 06, 07 et 08 mai 2017

NOM :

Prénom :

Age :

Sexe :

Signature :

A rendre aux horaires de cours ou à renvoyer par courrier à :
ASECAM 4 Impasse de la Chaumière 06400 Cannes