

WUSHU SANDA



#EspritMartial

   ffkarate.fr

F.F. KARATÉ 
et disciplines associées



Le Wushu représente l'ensemble des arts martiaux chinois. Il s'agit d'arts de combat qui visent l'efficacité dans les domaines physique, émotionnel et mental.

La pratique du Wushu implique la recherche perpétuelle de l'harmonie du geste juste. Plusieurs styles composent le Wushu, ce qui fait de cette discipline **un sport intergénérationnel, où chacun peut trouver sa voie.** Il y a une branche où le travail est souple et fluide, mais aussi un style plus tonique où la force est utilisée. Le renforcement physique, mais aussi mental, et la gestion émotionnelle sont des compétences induites par sa pratique.

La Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées (FFKDA) compte plus de 250 000 licenciés, répartis dans 4 900 clubs à travers l'ensemble du territoire.

Être licencié à la FFKDA, c'est pouvoir découvrir, pratiquer et s'épanouir dans une ou plusieurs activités proposées par la Fédération : Karaté, Wushu, Arts Martiaux Vietnamiens, Krav Maga, Yoseikan Budo, Arts Martiaux du Sud-Est Asiatique...

Laissez-vous animer par l'*#EspritMartial* qui est en vous !

REJOIGNEZ NOTRE CLUB

F.F. KARATÉ 
et disciplines associées

Pour plus de renseignements, rendez-vous sur www.ffkarate.fr