

**Programme du stage des Experts Les 17 et 18 février 2024 gymnase Elisabeth
75014 Paris**

Bauer Éric : Expert 8ème DANG : **Truc Liên Hoa Linh Quyên**

Enchaînement lance contre double sabres.

Huynh hung Mai: Expert 7ème DANG: **Vo co truyen Vietnam**

- Armes flexibles : *tam tiết côn* (tri-bâton), *Nhuyễn tiên* (chaîne à 9 sections)
- Armes doubles : *Song kiếm* (double épée), *Song Đao* (double sabre)

Marc Doury: Expert 7ème DANG : Long Hai Son

Techniques combat pieds poings et comment faire le lien avec le travail des Quyen: variation des souffles et des techniques...

Marc Walisko : Expert 7ème Dang : **Qwan Ki Do**

cam na thu - bong (bâton long) - son cot (bâton court) combat et technique.

Truong Gilles: Expert 7ème DANG : **Hâu Quyên**

Travail de l'énergie interne

David Tintillier : Expert 7ème Dang : **Phùng Long Vô Dao**

Travail du baton long, leçon Tieu Long con avec les applications.

Nguyen Véronique : Expert 6ème DANG : **Vo Thuat Van Vo Dao**

Travail des bâtons courts

Thèmes proposés pouvant être adaptés selon les groupes et niveaux :

Didier Baricault : Expert 6ème Dang : Van An Phai

Travail du Long Gian (nunchaku) le Quyen de nhi khuc