

Programme stage des expert(es) arts martiaux Vietnamiens des 25 et 26 mai 2024 à  
Mordelles 35 (Bretagne)

**Huynh Hung Mai 7ème Dang : Style Võ Co Truyen Vietnam**

Initiation à la pratique du “*Bát trảm đao*” (double couteaux papillons). Aux stagiaires de se les procurer par eux-mêmes soit en bois, en polypropylène ou aluminium.

**Marc walisko 7ème Dang : Qwan Ki Do**

- cam na thu, travail saisi et contre saisi puis travail du couteau.
- travail Tech coude,
- travail du bâton long

**David Tintillier 7ème Dang : Style Võ Co Truyen Vietnam**

Quyên : Les griffes du tigre + renforcement musculaire traditionnel et applications. **Song luyen sabre...**

**Jean Marc Rigolet 6ème Dang : Zen-concept (arts martiaux Vietnamiens)**

- Discussion approfondie sur les implications juridiques et éthiques de l'utilisation de la force en légitime défense
  - Pratique des ripostes rapides et efficaces en réponse à une variété d'attaques
    - Savoir se protéger avec un stylo en réponse à une variété d'attaques
      - Utilisation de quelques points de pression

**Christophe Vinouze 6ème Dang : Style Lam Son**

Les techniques du tigre seul et à deux - Bâton seul et à deux

**Véronique Nguyen 6ème Dang : Vo Thuat Van Vo Dao**

Bâton court et éventails

**Fabien Latapie 5ème Dang : style Vo Vietnam**

Travail de la souplesse du buste et de la rotation des bras, en lien avec l'apprentissage du Khai Môn Quyên

**Tran Huyen 5ème Dang : Style Võ Co Truyen Vietnam**

Le Sabre Phong Hoa Dao