

MARDI 18 JUILLET

- **Atelier « Boxe Anglaise »**

La boxe anglaise, aussi appelée le *noble art*, est un sport de combat dans lequel deux adversaires, de même catégorie de poids et de même sexe s'affrontent. On met des gants rembourrés... Et direction le ring !

Cet atelier sera encadré par l'association « AS Cobra » de Lorient.

- 10h – Salle de Kerlébert



- **Atelier « Boxe Thaïlandaise »**

La boxe thaïlandaise, ou Muay-thaï ("boxe du peuple thaï"), est un art martial classé en Occident parmi les catégories boxes pieds-poings.

Cet atelier sera encadré par l'association « AS Cobra » de Lorient.

- 14h – Salle de Kerlébert



MERCREDI 19 JUILLET

- **Atelier « Judo »**

Le judo (littéralement voie de la souplesse) a été créé en tant que pédagogie physique, mentale et morale au Japon 1882. Il est généralement catégorisé comme un art martial moderne et qui par la suite, a évolué en sport de combat olympique.

Atelier encadré par l'association « AL Quéven Judo ».

- 14h – Salle de Kerlébert



- **Atelier « Karaté »**

Le karaté est une discipline martiale dont les techniques visent à se défendre, puis à répondre par une attaque au moyen des différentes parties du corps : doigts, mains ouvertes et fermées, avant-bras, pieds, coudes, genoux.

Atelier encadré par l'association Wado-Ryu de Quéven.

- 14h – Salle de Kerlébert



JEUDI 20 JUILLET

- **Atelier «Escrime»**

L'escrime est un sport de combat. Il s'agit de l'art de toucher un adversaire avec la pointe ou le tranchant d'une arme blanche sur les parties valables sans être touché.

Atelier encadré par la Société d'escrime en Lorient.

- 10h – Salle de Kerlébert



- **Atelier « Aïkido »**

L'aïkido est un art martial japonais. Il se compose de techniques avec armes et à mains nues utilisant la force de l'adversaire. Ces techniques visent non pas à vaincre l'adversaire, mais à réduire sa tentative d'agression à néant.

Cet atelier sera encadré par l'association « Bushinkan Dojo » de Lorient.

- 14h00 – Salle de Kerlébert



Je soussigné (parents, tuteurs) :

Autorise le jeune (Nom, prénom) :

Adresse :

Téléphone :

A Participer au STAGE ARTS MARTIAUX

du 18 au 20 JUILLET

Lieu de rendez-vous : Lundi 07 août à 9h – aux Arcs

Organisé par le Pôle Jeunesse de la Mairie de Quéven

Fin du stage : Vendredi 11 août à 14h00 – Ferme de Kerzec

A Quéven, le

Signature