



VOVINAM VIỆT VÕ ĐẠO

CLUB DE LA QUEUE-EN-BRIE

Siège Social : E.S.C. - Rue du Chemin Vert - 94510 La Queue-en-Brie

Adresse de correspondance : M. Đình Hoàng NGUYỄN (Responsable)

18 rue des Chardonnerets - 94510 La Queue-en-Brie

☎ 06.11.74.19.22

www.vovinam-laqueueenbrie.com



DESCRIPTION DE L'ACTIVITE :

Le VOVINAM Việt Võ Đạo est l'art martial traditionnel du Việt-Nam. Ses origines remontent à près de 2.000 ans av. J.C.. Art de **combat** et de **défense**, il développe des valeurs et des principes tels que la **persévérance, le respect, l'autodiscipline, l'humilité ou l'harmonie.**

La richesse des techniques exprimées sollicite l'ensemble du corps dans les 3 distances de combat étudiées : longue (coups de pieds), rapprochée (coups de poings, genoux et coudes) et corps à corps (lutte, clés, projections...). Les techniques de self-défense, le maniement des armes pour les plus gradés ou les fameux ciseaux volants (spécialité du VOVINAM) complètent l'enseignement d'une discipline particulièrement efficace.

Son principe de **l'Harmonie entre la Force et la Souplesse** (physique et mentale) lui permet de s'adapter à **tous types de pratiquant** : hommes, femmes, seniors, non-sportifs et réserve une place particulière à la section enfant (à partir de 8 ans), dont le programme adapté permet une assimilation progressive de l'art martial.

En plus des cours, un calendrier de stages et de compétitions est proposé aux pratiquants ; compétitions dans lesquelles l'enseignant du club de La Queue-en-Brie, **Maître Đình Hoàng NGUYỄN (4^e Đẳng)** détient plusieurs titres de **Champions de France, d'Europe** et même de **Champions du Monde.**

A compter de cette saison 2019-2020, Đình Hoàng, également **Coach Sportif Diplômé d'État** (BPJEPS Activités de la Forme Options Cours Collectifs et Haltéro/Musculation), vous propose un nouveau cours réservé exclusivement aux adultes (et à partir de 15 ans) : le **VOVINAM Cross-Training.** Venez pratiquer **l'art martial vietnamien d'une façon plus ludique mais sans délaissier son efficacité.** Ce nouvel entraînement, développé directement par Maître Đình Hoàng pour le compte de la Fédération Vovinam France, est un **mix entre VOVINAM, Cardio, Fitness et Musculation.** Il vous permettra de découvrir les techniques du VOVINAM Việt Võ Đạo tout en mettant l'accent sur la **préparation physique.** Développez l'ensemble de vos qualités physiques (force, vitesse, explosivité, coordination, souplesse...) durant **1h00 intense garantie... Défoilez-vous et révélez-vous !**

Toutes les infos, photos et vidéos sur : www.vovinam-laqueueenbrie.com

LIEU D'ENTRAINEMENT : La Halle des Violettes (Salle F) – Rue Louis Aragon

HORAIRES :

Enfants (de 8 à 11 ans) :	Mercredi et Vendredi de 20h00 à 21h00
Ados/Adultes (à partir de 12 ans) :	Mercredi et Vendredi de 20h00 à 21h30
Adultes (à partir de 15 ans) :	Jeudi de 21h00 à 22h00

DOCUMENTS A FOURNIR :

- la fiche d'inscription complétée
- le règlement complet de la cotisation (en espèce ou chèque à l'ordre de "E.S.C. VOVINAM")
dont 1 règlement à part de 40€ pour la Cotisation Statutaire à l'ESC si vous êtes imposable
- 1 certificat médical d'aptitude au VOVINAM Việt Võ Đạo ("Technique et Combat")

MONTANTS DES COTISATIONS⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾ SAISON 2019-2020 :

ENFANTS (de 8 à 11 ans)	150€ + 40€ ⇒ 190 €
ADOS/ADULTES (à partir de 12 ans)	200€ + 40€ ⇒ 240 €
VOVINAM CROSS-TRAINING exclusivement (à partir de 15 ans)	100€ + 40€ ⇒ 100 €

(1) La cotisation comprend : l'inscription annuelle, la licence sportive et l'assurance

(2) Nouvelle politique familiale pouvant vous faire bénéficier d'une remise allant de 10€ à 20€

(3) **Cotisation Statutaire à l'ESC donnant droit à une réduction d'impôt pour les foyers imposables (40€).**