

PAREMPUYRE

Des nouveaux cours d'arts martiaux

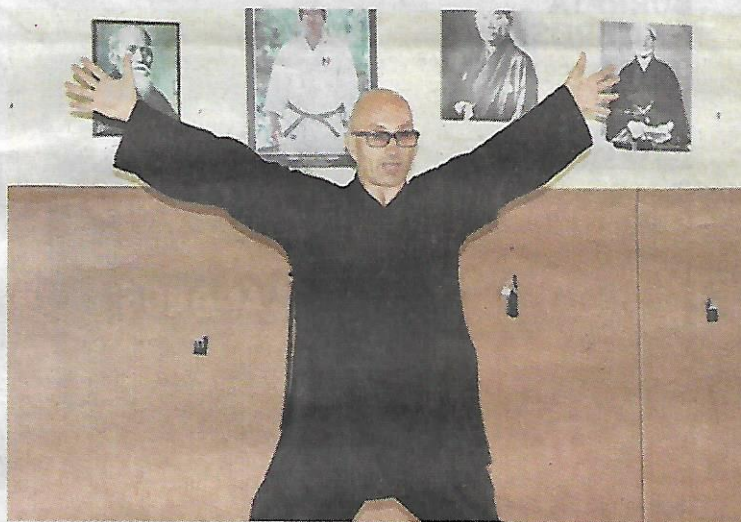
L'association Tai-Chi-Chuan Parempuyre harmonie et santé ouvre des cours de kung-fu wing-chun et de self-défense les samedis de 9 heures à 10 h 30 et de 10 h 30 à 12 heures, au petit dojo du complexe sportif Léo-La-grange.

Ils seront animés par Armand Florea, instructeur de wing chun, descendant direct de maître Tang Sang (Hong Kong) et deuxième génération après le célèbre maître Ip Man. Il enseigne depuis vingt-trois ans dans les dojos à Paris et Bordeaux. Il raconte avoir été instructeur dans la brigade des forces spéciales terre, avoir donné des cours pour le corps des sapeurs-pompiers, les écoles d'infirmières...

Prendre soin de son équilibre

Il était aussi garde du corps de protection rapprochée et aussi coordinateur-chorégraphe de scènes de combat pour le cinéma.

« L'expérience acquise au cours de ces trente dernières années de pratique, dans l'univers des arts martiaux, du bien-être et de la méditation, ainsi que mes nombreux échanges avec des chercheurs en sciences cognitives, m'ont fait prendre conscience qu'il était nécessaire de prendre autant soin de notre



Armand Florea, un grand maître du kung-fu wing chun et de self-défense, donnera des cours. PHOTO M.-F.J.

équilibre mental que physique », explique le maître.

« Il est important d'apprendre à développer nos capacités pour accueillir le quotidien avec sérénité et joie, ajoute-t-il. C'est dans ce but que j'ai fondé Wing Chun Mi Tsung, une école ouverte à tous, pour que chacun puisse évoluer à son rythme. Cette pratique joueuse et joyeuse s'intègre naturellement dans le quotidien. »

Le kung-fu, c'est aussi pour les enfants le mercredi de 14 à 15 heures au même endroit. Cet art mar-

tial chinois, ancêtre du karaté et signifiant « progrès », est « une intelligence corporelle, revitalisante... », ajoute Armand Florea, totalement passionné.

D'autre part, l'association lance également un cours de qi-qong, le mercredi soir, accessible à tous y compris aux personnes porteuses de pathologies et de handicap, personnes âgées...

Marie-Françoise Jay

Renseignements :
www.tccparempuyre.fr
ou au 06 81 69 07 70.