



Cours WING CHUN pour les enfants avec la pratique du BATON de 16h15 à 17h au petit dojo tous les mercredis

Le cours avancé enfant est un espace d'initiation à la pratique du bâton et au sparring (combat d'entraînement léger) en KUNG FU.

Le jeu est au cœur de cette pratique, ce cours nécessite un sérieux et une discipline plus importante que dans l'entraînement régulier. Il a pour but de familiariser l'enfant avec sa propre force et l'impact qu'elle peut avoir autour de lui par la pratique de coups portés, et de renforcer sa concentration par l'usage du bâton.

De ce fait, il enseigne à l'enfant la rigueur et le respect, de lui-même et des autres, nécessaire dans la pratique martiale. Il prépare l'enfant à la possibilité du combat réel par la connaissance de l'effet des coups donnés et reçus, et la découverte de sa capacité à les recevoir sans réactions émotionnelles.

Ce cours est destiné à un public d'enfants ayant montré la maturité nécessaire pour une pratique plus avancée : enfants du groupe 2 Wing Chun.

Et à un public d'adolescents à partir de 11 ans, avec la validation du professeur, en recherche d'un entraînement plus intense.

Le sparring (de l'anglais, « entraînement ») est une forme d'entraînement commune à de nombreux arts martiaux. Bien que les formes soient variables, le sparring consiste essentiellement en un combat libre avec des règles, et l'accord de ne pas provoquer de blessures à l'adversaire.

