

STAGE DE FORMATION À LA BOXE CHINOISE (SANSHOU ET SANDA)

DIMANCHE 16 NOVEMBRE 2025

PROGRAMME GÉNÉRAL DU STAGE :

Cette formation est ouverte à toutes et à tous, indépendamment de votre niveau, que vous fassiez partie de l’Institut des arts martiaux ou non, nous acceptons tout le monde. Plus spécifiquement, cette formation s’adresse à toutes les personnes intéressées par les arts martiaux et l’étude des systèmes de combat à mains nues.

La présente formation s’articulera autour de trois axes : la préparation générale au combat et aux arts martiaux (renforcement physique et mental, étirements, fondamentaux du combat, etc.), le Sanshou et le Sanda.

Cette formation s’adresse également aux personnes souhaitant apprendre à se défendre car, seule la pratique du combat et de l’opposition peut véritablement permettre d’être efficace dans une situation d’agression et de contrainte physique.

Pour vous inscrire, retournez par voie postale le bulletin d’inscription (page 4) rempli et accompagné du règlement à l’adresse indiquée sur le bulletin, ainsi que l’autorisation parentale pour les mineurs. Ne tardez pas à vous inscrire si vous êtes intéressé car les places sont limitées.

Si vous souhaitez plus de renseignements, sur le contenu, le niveau, etc. N’hésitez pas à nous contacter.

DÉROULEMENT ET HORAIRES DU STAGE :

Rendez-vous à 13 heures 45 sur le parking du parc Monjuzet à Clermont-ferrand.

- Formation de 14 heures à 17 heures 30.

POUR LE BON DÉROULEMENT DU STAGE

- ❖ Prévoir un sac à dos avec bouteilles d'eau, un Pull, un K-way et des chaussures adaptées à un entraînement en extérieur.
- ❖ Prévoir un protège-dents simple ainsi que, si vous en avez, une paire de gants de boxe (type boxe anglaise, plus de 10 Oz, pas de mitaine), une coquille et des protège-tibias.

ATTENTION, LE PROGRAMME DU STAGE EST SUSCEPTIBLE DE SUBIR CERTAINES MODIFICATIONS. EN FONCTION DU TEMPS, LES LIEUX D'ENTRAÎNEMENT POURRONT ÊTRE MODIFIÉS.



Le stage est ouvert à toutes et à tous, débutants ou pratiquants confirmés, et sera sous la supervision de Peter Pinard.

Pour tout renseignement :

Tél. 06 69 38 63 93 ; mail. peter.kyusho@yahoo.fr
MARTIAL ARTS INSTITUTE

www.maifrance.org

AUTORISATION PARENTALE

A remplir par le représentant légal pour les mineurs et à renvoyer avec le bulletin d'inscription

AUTORISE MON ENFANT (MES ENFANTS) :

Nom(s) :.....

Prénom(s) :.....

A participer au stage qui se déroulera sur la périphérie de Clermont-Ferrand le dimanche 16 novembre 2025. Je donne mon accord pour tous transports et j'autorise la prise en charge médicale pour tout incident pouvant survenir pendant le stage. Durant le stage, l'organisateur décline toute responsabilité en cas de vols, dégradations, etc. À moins qu'il n'en soit la cause directe et certaine.

A _____, le _____.

Faire précéder la signature de la mention manuscrite

« Certifiée sincère et exacte, bon pour accord »

Signature



BULLETIN D'INSCRIPTION

- NOM:
- PRENOM:
- DATE DE NAISSANCE:
- ADRESSE EMAIL :
- TELEPHONE :

Souhaite m'inscrire au stage de formation aux arts martiaux Sanshou et Sanda) qui se déroulera le dimanche 16 novembre 2025.

Je suis : (*entourez votre choix/rayez la mention inutile*)

- Majeur (30 euros sur place, 20 euros en préinscription)
- Mineur (20 euros sur place, 10 euros en préinscription)

Toute préinscription pour être acceptée doit être envoyée au plus tard le 5 novembre 2025. Chèque encaissé la semaine précédant le stage. Aucun remboursement ne sera effectué dès encaissement du chèque. Le lieu d'entraînement pourra être modifié en fonction de la météo.

Fait pour faire valoir ce que de droit.

Le....., à

Signature du participant (ou représentant légal si mineur) :

Renvoyer cette fiche remplie accompagnée du paiement à :
(Plus l'autorisation parentale pour les mineurs, page 3)

*L'Institut des Arts martiaux
1 rue Pierre le Vénérable
63000 Clermont-Ferrand*