

**STAGE D'ÉTÉ**  
**AU MASSIF DU SANCY**

**Formation aux Arts martiaux**  
**Samedi 07 et dimanche 08 juillet 2018**

**Au Mont-Dore**



**DOSSIER DE STAGE**



## **PROGRAMME DU STAGE :**

**ATTENTION, LE PROGRAMME DU STAGE EST SUSCEPTIBLE DE SUBIR CERTAINES MODIFICATIONS. EN CAS D'INTEMPÉRIES, LE STAGE SE DÉROULERA AU GYMNASSE DU MONT-DORE.**

- **Le samedi :**

*« Entraînement à la Grande Cascade : les Arts martiaux chinois »*



Rendez-vous à 10 heures devant le gymnase du Mont-Dore. Le matin, entraînement à la Grande Cascade ; au programme, travail de l'énergie interne, Taiji Quan, wingchun, techniques d'autodéfense et de contrôle (qina), Kyusho et Dim Mak.

Repas du midi (prévoir des sandwiches).

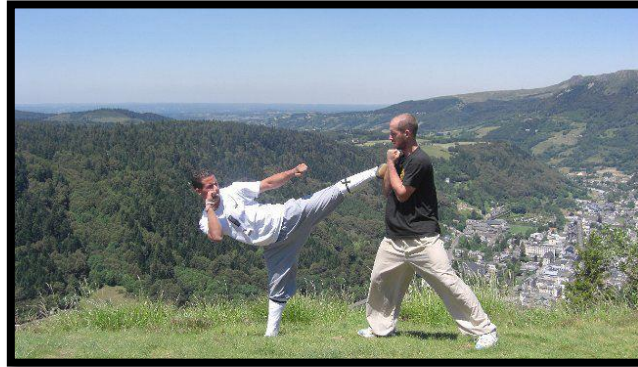
L'après-midi, entraînement aux techniques de Shaolin (exercices de base et avancés, étude d'un Taolu (forme codifiée de combat) supérieur de Shaolin, gymnastique martiale, renforcement Shaolin et méditation sur le plateau de la Grande Cascade.

**Fin de la première journée de stage et retour devant le gymnase du Mont-Dore à 17 heures.**



- **Le dimanche :**

« *Entrainement au Massif du Sancy : l'Art du combat* »



Rendez-vous à 10 heures devant le gymnase du Mont-Dore, départ pour le Sancy. Le matin, travail des techniques de déplacement, des techniques de poings et des techniques de défenses face à ces dernières et renforcement martial.

Repas du midi (prévoir des sandwiches).

L'après-midi, travail des techniques de jambes en combat (coup de pieds simples et avancés (retournés, sautés, etc.), techniques de défense face à ces derniers (protections, saisies, balayages et renversements), techniques de contrôle et d'immobilisation au sol puis combat libre.

Renforcement martial, méditation et photos souvenirs.

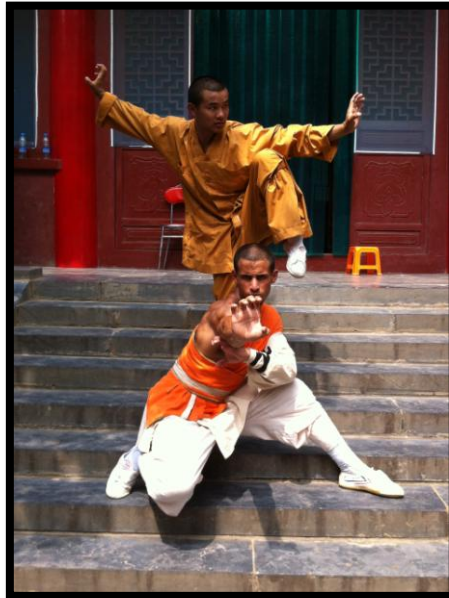
**Fin du stage et retour devant le gymnase du Mont-Dore à 16 heures 30.**

*≈ Restaurant pour les plus courageux le dimanche soir ≈*

- ❖ **Prévoir un sac à dos avec bouteilles d'eau, un sandwich pour le midi, un Pull, un K-way, une casquette et de la crème solaire.**
- ❖ **Prévoir également pour le dimanche un protège-dents, ainsi que, à titre facultatif, protège-tibias, coquille et gants de boxe si vous avez (nous vous en prêterons sinon).**
- ❖ **Possibilité de transports et covoiturage de Clermont-Ferrand jusqu'au Mont-Dore les deux jours.**

✓ **Bilan du stage :**

- Près de 12 heures d'entraînement à plus de 1200 mètres d'altitude,
- Apprentissage des techniques d'entraînement Shaolin (renforcement, préparation au combat, étirements et « chemise de fer »),
- Techniques de combat pieds/poings et boxe chinoise,
- Techniques de contrôle et d'immobilisation,
- Techniques de self défense, de Wingchun, de Qina, de Kyusho/Dim Mak,
- Apprentissage des Jibengong de Shaolin et d'un Taolu supérieur de Shaolin,
- Apprentissage de techniques de gymnastique martiale,
- Apprentissage de techniques de méditation et de travail sur la respiration et l'énergie (Taïchi/Qigong).



*Le stage sera sous la supervision de Peter Pinard, Fondateur de l'Institut des Arts martiaux, représentant de Kyusho International en Centre France, élève direct de Maître Evan Pantazi, Gary Rooks, Jim corn et Mark Kline, élève du temple Shaolin, Instructeur Certifié 3ème degré Kyusho International, Ceinture noire FFWushu, Ceinture noire Kyushojustu ShihanKaï Kokusai, vainqueur de plusieurs tournois d'Arts martiaux.*

**Pour tout renseignement :**

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

**MARTIAL ARTS INSTITUTE**

www.maifrance.org

N° Siret 799606363 00015

N°W632002281 d'enregistrement à la préfecture.

# 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 au Mont-Dore le samedi 07 et dimanche 08 juillet 2018,  
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, et autres incidents matériels. Je déclare sur  
l'honneur avoir souscrit une assurance responsabilité civile pour mon/mes enfants.  
Fait pour faire valoir ce que de droit.*

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 d'été qui aura lieu le samedi 07 juillet et dimanche 08 juillet 2018 au Mont-Dore.

Souhaite m'inscrire pour : (*entourez votre choix*)

- une journée au prix de 60 euros (*majeurs*), 40 euros (*mineurs*) : samedi ou dimanche (*entourez votre choix*)
- les deux jours au prix de 85 euros (*majeurs*), 60 euros (*mineurs*)

*Chèque encaissé après le stage. Aucun remboursement ne sera effectué. En cas d'intempéries le stage se déroulera en gymnase.*

Fait pour faire valoir ce que de droit.

Le....., à .....

**Signature du participant (ou représentant légal si mineur) :** (*chèque à l'ordre de Peter Pinard*)

Renvoyer cette fiche remplie accompagnée du paiement à :  
(*Plus l'autorisation parentale pour les mineurs, page 4*)

*MARTIAL ARTS INSTITUTE  
M. Pinard  
4 avenue de Clermont  
63240 Le Mont-Dore*