



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

(diffusion immédiate)

20 ans de l'association de Kung-Fu Wushu

" Essayez le KUNG-FU WUSHU "

*Vous avez toujours rêvé de pratiquer un **art martial** mais vous n'avez jamais osé franchir le pas? Essayez le **Kung-Fu Wushu!***

L'association clermontoise de Kung-Fu Wushu propose un **cours d'essai gratuit** pour les novices les mardis à 18H, les mercredis à 19H20 et les vendredis à 20H40.

Rendez-vous au **gymnase du lycée Jeanne d'Arc** à l'angle de l'avenue Carnot et de l'avenue de l'Union Soviétique à Clermont-Ferrand.

Au programme : travail d'enchaînements (appelés taos) adaptés à tous niveaux, de mouvements demandant coordination psychomotrice, à droite comme à gauche pour les taos simples, un jeu de corps équilibré, **résistance et souplesse** mais aussi un travail de combat souple pieds-poings (Sanshou), de clés (Qinna), de frappes au Pao (bloc de protection de mousse).

Cette année **l'association fête ses 20 ans**. 20 ans de travail sur les bases de Pékin, les styles Nan Quan (boxe du sud), Chang Quan (boxe longue), mante religieuse, boxe du singe, bâton, sabre, hallebarde, épée, lance, la pratique à deux avec ou sans gants ...

Les cours sont entièrement effectués par le professeur historique de l'association (30 ans de pratique, 20 ans d'enseignement).

Pour ceux qui hésiteraient encore, rendez-vous sur le site Internet <http://ackfws.free.fr>.

INFOS EN +

- > Stéphane REYNOUDT est titulaire de son brevet d'état d'éducateur sportif depuis 1996.
- > Des stages mensuels vous permettront de vous perfectionner. Le prochain aura lieu ce dimanche 13 octobre à 9H (pour plus d'informations voir le site).
- > Les cours ont lieu même pendant les vacances scolaires.

CONTACT PRESSE

Stéphane REYNOUDT

ackfws@free.fr

04 73 92 62 78