



## Description de l'activité :

Le Viet Vo Dao (la Voie des Arts Martiaux Vietnamiens) regroupe plusieurs styles de nombreuses écoles. L'origine des arts martiaux vietnamiens remonte à plusieurs millénaires.

Les arts martiaux vietnamiens se sont développés à partir du Kung-Fu Wu Shu et se sont peu à peu forgés une identité propre. Afin de partager leur attachement au Vietnam et leur passion des arts,

les arts martiaux vietnamiens ont fait leur apparition en France dans les années 1950 grâce à des jeunes lettrés et experts en arts martiaux. Le style Hau Quyen (style du singe) Trung Dung Dao (signifiant " Voie du Juste Milieu") est proposé, depuis le 1er octobre 2004, aux déficients visuels du CSINI.

Le style Hau Quyen se caractérise par la connaissance des techniques de base des arts martiaux (de poings, de mains ouvertes, de pieds, de coudes, de clefs ainsi que des techniques de projections et de chutes) mais aussi des techniques ancestrales de combats rapprochés. Après l'acquisition des bases du travail incontournable à mains nues, la pratique des armes.

En particulier le bâton et la canne blanche, est abordée pour les pratiquants déficients visuels. Pour les anciens pratiquants, d'autres clubs Hau Quyen (de Nogent-sur-Marne 94, de Meudon 92 et de Salbris 45) les accueillent une fois par semaine et lors des stages trimestriels pour un entraînement commun avec les pratiquants "valides".

La pratique de cet art martial demande de la persévérance, de la discipline et de l'assiduité aux pratiquants afin de pouvoir faire face aux épreuves participatives avec d'autres clubs pour des démonstrations et des compétitions techniques.

## Handicaps concernés :

- Mal et non voyant
- Handicap physique

## Qualités physiques et intellectuelles développées :

- Vitesse, précision, équilibre, souplesse, maîtrise de soi
- Volonté, goût de l'effort

## Responsable de section : José MACIN

### Adjoints

- Stéphane BOURRY

### Contact :

- Téléphone : 01 45 55 13 90
- J. MACIN 06 20 29 65 62
- secretariat@csini.fr

### Lieu de RDV :

Caserne Babylone 49 rue Babylone 75007  
PARIS / M<sup>o</sup> St François-Xavier

### Jours et horaires d'entraînement :

LUNDI de 18H00 à 20H00

Liens :