

KUNG-FU WUSHU

Mardi de 20h à 21h30

Jeudi de 19h à 20h (6-11 ans)

et 20h à 21h30

Le kung-fu wushu possède de nombreux styles. Certains aériens, d'autres plus inspirés par le comportement animal, d'autres encore axés sur l'efficacité et le réalisme du mouvement.

Au travers d'un large éventail d'exercices, cette discipline offre à ses pratiquants la possibilité d'exprimer leur énergie, de développer leurs capacités physiques, ainsi que de fortifier leur esprit d'initiative.

Self-défense, apprentissage et enchaînement de techniques, équilibre, assouplissement, renforcement musculaire et art du combat seront au programme tout au long de l'année.

Si l'objectif initial est de vous former en cinq ans pour passer la ceinture noire, vous aurez également accès à des stages techniques de combats, des compétitions et autres événements ponctuels afin d'élargir vos connaissances des arts martiaux chinois.



Cette année encore, cette pratique est mise en place à la MJC, en partenariat avec le Wushu Boxing Club.

Renseignements sur place ou sur
<http://wushubc.free.fr>



Participation : _____
- adhésion à la Mjc et licence auprès du WushuBClub.
- les tarifs annuels des cours vous seront donnés sur place.



Pour participer aux activités Mjc

Coup d'oeil sur le porte-monnaie !



L'Adhésion à la Mjc

*cotisation annuelle valable de
septembre à juin*

- 5 € de 12 ans (ou 10*) (révolus) à 17 ans
- 15 € à partir de 18 ans pour les habitants d'Argenteuil
- 20 € pour celles et ceux qui n'habitent pas Argenteuil
- 30 € pour les familles argenteuillaises (vivant sous le même toit).

Tarifs des cours :

- donnés directement sur place lors de votre première participation.

M MAISON
DES
J JEUNES
ET DE LA
C CULTURE
ARGENTEUIL



**7 rue des Gobelins 95100 Argenteuil
(où les cours ont lieu)**

- Ouverture accueil / renseignements MJC

**du mardi au vendredi
de 14h à 19h30-20h
le samedi de 14h à 18h**

- le téléphone 01 39 61 78 03
- le site www.mjc-argenteuil.fr
- le mail mjc.argenteuil@orange.fr