



le TAI-DO

Fondé en 1976 par Robert Cassol, le Tai-do (Tai = le corps ; Do = la voie) est un art martial de défense basé sur l'esquive, le déplacement et la notion de distance, dans lequel chaque pratiquant travaille à son rythme !

Le Tai-do a comme objectif de proposer des techniques de défense à la portée de tous. Répondant à des situations variées, ces techniques n'enferment jamais le pratiquant dans un cadre trop précis et difficile à réaliser, mais le laisse libre d'adapter ses différents mouvements de défenses à sa propre morphologie et même à sa personnalité !

Les liens entre le mental et le physique ne sont pas non plus exclus du Tai-do, ce qui permet à chacun de trouver sa voie... Donc la raison et le sens de sa pratique.

De plus, un aspect ludique, une pédagogie moderne et l'absence de toutes chutes plaquées font du Tai-do un art martial idéal pour les enfants à partir de 6 ans !

UN ART MARTIAL DE DÉFENSE SIMPLE ET ACCESSIBLE À TOUS !

TAI-DO

DÉCOUVERTE ET INITIATION

STAGE GRATUIT

OUVERT À TOUS DE 6 À 77 ANS !

SAMEDI 14 JANVIER 2012

14h30 à 16h30 à AIGUEPERSE

HALLE AU BEURRE - Place d'Orléans

(prévoir tenue sport à manches longues ou kimono)

"PHOENIX" est la première école de Tai-do en Auvergne* !

Les cours sont assurés par Frédéric LÉCUYER Élève direct du fondateur, Ceinture Noire 5e DAN

HORAIRES

Le Lundi : 17h00 - 18h00 enfants 6 à 10 ans
18h00 - 19h00 enfants 11 à 16 ans
19h00 - 21h00 adultes tous grades
Le Samedi : 14h00 - 16h00 adultes (Préparation CN)

TARIFS annuels 2011-2012 (hors licence)*

Enfants 6 à 16 ans : 150 €
Adultes : 200 € (Étudiant et chomeur : 175 €)

* Club affilié FFKDA, licence obligatoire 33 €

