



FF judo COTISATIONS 2017/2018

- Licence FFJDA obligatoire 37 €
(assurance incluse)
- Cotisation annuelle selon l'âge et le niveau :
 - Baby Chanbara (3-6ans) 65€
 - Scolaires- Etudiants 104€
 - Adultes KYU 170€
 - Adultes YUDANSHA 140€
- Famille -30€/an à partir de la 2^{ème} licence
- Non mansonien + 15€ /an
 - 3 premiers cours d'essai offerts
 - Matériel prêté pour les débutants
 - Fournir un certificat médical d'aptitude
 - Chèque libellé à l'ordre de « Maisons-Laffitte Chanbara »

MAISONS-LAFFITTE CHANBARA

est une association Loi 1901 affiliée à la FFJDA sous le numéro 78780038, qui bénéficie de l'agrément sport délivré par le Ministère Jeunesse et Sport N° APS 78-1220.

PARTENAIRES



Yvelines
Conseil général



ENSEIGNANTS

Les cours sont assurés par :

M. Jean-Claude GIROT

7^e Dan Kendo et 7^e Dan Chanbara
Conseiller Technique National Chanbara

M. Alain GIROT

6^e Dan Chanbara
Champion du Monde 2006 et 2015
Champion d'Europe technique + par équipes 2016
Entraîneur et Sélectionneur Equipe de France

Mme Céline LESCUYER

7^{ème} Dan Chanbara
Coordinatrice Nationale Chanbara (FFJDA)

HORAIRES

- VENDREDI 19H30 - 20H30 (enfants & adultes)
- VENDREDI 20H30 - 21H30 (adultes)
- SAMEDI 10H30 - 11H15 (baby chanbara)
- SAMEDI 11h15 - 12H30 (enfants)
- DIMANCHE 9H30 à 10H15 (baby chanbara)
- DIMANCHE 10H15 à 11H15 (enfants)
- DIMANCHE 11H15 à 12H45 (adultes)

LIEU

- POPD Rue de la Digue Maisons-Laffitte (Dojo)

CONTACT

- Dojo du POPD (aux heures de cours)
- E-mail : ml.chanbara@hotmail.fr
- Site: <http://www.mlchanbara.fr>
- Tel : 06 63 89 81 93 – Bruno LAVORATA



CHANBARA

Escrime japonaise pour tous
à partir de 3 ans

Art martial, héritier direct et
fidèle des combats de
Samourai

ENFANTS

Une pratique ludique et adaptée aux enfants à partir de 3 ans.



Coordination, motricité, opposition dans le **respect** du partenaire et des règles, les enfants découvrent avec des cours spécifiques, une escrime japonaise **sans danger**, grâce aux armes en mousse.

FEMININES

Cet art martial sans contact physique est accessible à toutes, permet de **tonifier son corps** et développe la **confiance en soi**. Prisé par les femmes en quête de tonus et **d'affirmation de soi**, le CHANBARA permet de se défouler en brûlant un maximum de calories.



Ne pas jeter sur la voie publique

ADULTES

A tout âge et en famille, venez découvrir et pratiquer le CHANBARA.

Maintenir sa forme, travailler son **tonus** et son **endurance**, solliciter cardio/abdos et réflexes, c'est aussi l'esprit d'un sport loisir où chacun découvrira ses aptitudes et préférences aux différentes armes : poignard (Tanto), sabre court (Kodachi), sabre long (Choken), les deux à la fois, lance, bouclier (Tate)...

La pratique reste simple et amusante puisqu'il s'agit de « couper son adversaire sans se faire couper ».

ARMES UTILISEES

TANTO (43cm)



KODACHI (60cm)



CHOKEN (100cm)



CASQUE



TATE

COMPETITIONS

Chaque licencié pourra, s'il le souhaite, participer aux compétitions Technique et/ou Combat.



MAISONS-LAFFITTE CHANBARA, le club le plus titré en Europe et dans le monde.

Champion de France depuis 2008

