



COTISATIONS 2026/2027

- Licence FFJDA obligatoire 46 €
(assurance incluse)
- Cotisation annuelle
 - Baby Chanbara (3-6 ans) 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 »
 - Inscriptions sur place

PARTENAIRES

MAISONS-LAFFITTE



Cité du Cheval



ENSEIGNANTS

M. Jean-Claude GIROT

8^e Dan Hanshi Chanbara et 7^e Dan Kyoshi Kendo
Conseiller Technique National Chanbara

Mme Céline GIROT

7^{ème} Dan Renshi Chanbara
Championne d'Europe 2008 et Vice-Championne du
Monde Kodachi et Choken Libre 2005 et 2007
Plusieurs fois Championne de France

HORAIRES

- MERCREDI 19H00 - 20H30 (enfants & adultes)
- DIMANCHE 9H30 à 10H15 (3-6 ans)
- DIMANCHE 10H15 à 11H30 (7-12 ans)
- DIMANCHE 11H30 à 13H00 (à partir de 13 ans)

LIEU

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

CONTACT

- e-mail : mlchanbara@gmail.com
- site: <http://www.mlchanbara.fr>
- facebook et Instagram : MaisonsLaffiteChanbara
- tél : 06 62 06 38 80

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.



CHANBARA

**Art martial, héritier direct et
fidèle des combats de
Samouraï**

Escrime japonaise pour tous

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.



ARMES UTILISÉES



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 : sabre court (Kodachi), sabre long (Choken), les deux à la fois (Nito), lance (Yari), bouclier (Tate)...

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

Cet art martial sans contact physique est accessible à tous, permet de **tonifier son corps** et développe la **confiance en soi**.

Prisé par les personnes en quête de tonus et **d'affirmation de soi**, le CHANBARA permet de se défouler en brûlant un maximum de calories.



COMPÉTITIONS

Chaque licencié pourra, s'il le souhaite, participer aux compétitions Technique et/ou Combat par équipes et par individuel à partir de 6 ans.



NOTRE CODE MORAL

- Politesse** : le respect d'autrui
- Courage** : faire ce qui est juste
- Respect** : sans respect aucune confiance n'existe
- Contrôle de soi** : savoir taire sa colère
- Sincérité** : s'exprimer sans déguiser sa pensée
- Honneur** : être fidèle à sa parole
- Modestie** : parler de soi-même sans orgueil
- Amitié** : le plus pur des sentiments