

SABRE

EPEE

BÂTON

武

STAGES

Samedi 23 et dimanche 24 mars 2024

Au gymnase du Déristé de **CUSTINES**

09h00 – 12h00

13h30 – 16h30



**WUSHU
FFK**



Ville de CUSTINES



**ADTAO
FORMATIONS**

www.adtao.org
06 62 12 26 54

SAMEDI 23

Bâton long le matin (étude et révision du combat arrangé de Maître YUAN)
Bâtons courts l'après-midi, initiation (se munir de deux bâtons de 70 cm)

DIMANCHE 24

Découverte et manipulation de l'**éventail** / révisions de **la forme 52** (avancés)

Les deux journées sont accessibles à tous les niveaux de pratique et aux débutants