

Art martial très développé à Hong Kong et Taïwan. L'art se développe vite grâce à Bruce Lee dont un de ses maîtres est Yip Man (1893-1972).

Lors d'un séjour à Hong Kong, Maître Roger Itier, très grand Maître et expert en Wushu étudiera le wingchun auprès du fils de Yip Man, Yip Chun.

Yip Man



La lignée martiale de Yip Man débute avec la légendaire Ng Mui (五枚 Wu Méi XVIIe siècle) qui fut nonne bouddhiste et qui aurait créé la boxe chinoise Wing Chun. Membre des cinq Anciens qui se sont échappés du Monastère Shaolin du sud après sa destruction par les mandchous.

Maître Yip Chun né en 1924



Maître Roger Itier



Quelques principes fondamentaux du Wing Chun :

- Toujours protéger son centre
- Utiliser les déviations de force pour la défense et la ligne droite pour l'attaque
- Rester collé à l'adversaire
- Si l'adversaire recule, le suivre.

Le Wing Chun est une technique efficace pour le combat rapproché.

La 1^{re} forme à mains nues est le Siu Lim Tao (小練頭, xiǎoliàntóu, « petite pratique »)

Il s'agit de la pratique élémentaire des mouvements de base et d'enracinement.

Bulletin d'inscription au stage du samedi 8 juin 2024. 9h- 12h/ 13h30- 16h.

Je m'inscris au stage pour la journée ou pour la matinée (voir avec N. Parshad)

Nom, prénom -----. Tel : -----.

Mail : -----

Je règle le tarif de 50 euros la journée ou 35 euros la matinée par chèque à l'ordre l'école Kun Qian.