



**VIET VO DAO  
INTERNATIONAL**

## **NGHIA LONG VIET VO DAO LES LEOPARDS DE OISSERY**

**« ETRE FORT POUR ETRE UTILE »**



**NGHIA LONG  
VIET VO DAO  
FRANCE**

Le VIET VO DAO est un art martial Vietnamien qui permet de travailler les techniques redoutables des mains, des pieds, des armes (ton-fa, munchaku, bâton), les spécificités de ce style résident dans les exercices de combats et lutttes traditionnelles, et ainsi que les techniques énergétiques qui permettent de cultiver la santé afin de riposter, de subir et de dépasser les agressions extérieures. Le tout dans une école à l'ambiance familiale.

### Quelques chiffres :

- Crée en 1991 c'est la 1ère association d'arts martiaux à OISSERY
- 2 Sections de cours Enfants et Adultes
- Inscription dès 6 ans



### Les Compétitions et les Stages :

- Un Grand Rassemblement Traditionnel sur 2 jours avec des maîtres Internationaux.
- Coupe Régional et National FFKDA technique, combat pour Enfant et Adulte.
- Divers stages et manifestations en France et à l'étranger (Suisse, Allemagne, Italie....)

### Les cours :

Echauffement	chutes et roulades	ciseaux
Atelier de self défense	lutte traditionnelle vietnamienne	atelier arme
Technique de base	combat souple	

### Tarif :

- Pour les moins de 16 ans OSTERACIENS 120€ (cotisation annuelle + licence)
- Pour les moins de 15 ans Extérieurs 145€ (cotisation annuelle + licence)
- A partir de 16 ans 150€ (cotisation annuelle + licence)
- Des formules familiales existent, les renseignements vous seront fournis en venant nous voir.

### Heures d'entraînements :

- Cours ENFANTS : Mardi et Jeudi de 19h15 à 20h15
- Cours ADULTES : Mardi et Jeudi de 20h15 à 22h15

Lieu : Salle polyvalente de OISSERY

