



STAGE

31 Octobre / 1^{er} Novembre à Angers

Sous la direction technique de

Jean-Christophe BROC
5^e Dang de Vovinam,
Expert fédéral,
Directeur technique UCVI
Formé au Vietnam



Samedi: 9h30 - 12h et de 13h30 - 17h

Dimanche: 9h - 12h et de 13h30 - 16h30

Salle Belle-Beille à ANGERS
(Bd V. Beaussier & Rue de Plaisance)

Tarif UCVI : 20 € / journée

Tarif non UCVI : 30 € / journée

Accueil des participants à partir de 8h30

Contacts :

William : 06 37 55 70 45

Magali : 06 78 49 09 48

@ : vovinam-angers@live.fr

WEB www.vovinam-angers.com



www.facebook.com/VovinamAngers





Programme Samedi & Dimanche

Thème du stage : Souplesse et Engagement

Au Programme...Samedi

Quyển respiratoires 1, 2 & 3

Chien luoc à 2 – Techniques

Repas à Ethic Etape

Travail spécifique Quyển mains nues / arme par niveau

exercices à deux : chiem luoc , phan don etc.

Au Programme...Dimanche

Quyển respiratoires 1, 2 & 3

Vat 1 & 2 – Song Luyen Vat

Repas à Ethic Etape

Révision Phan don

Doi luyen 1 & 2

Fin du stage – Verre de l'amitié

	ĐẠI MÀU ÁO
	ĐẠI XANH ĐẬM
	ĐẠI XANH 1 VẠCH VÀNG
	ĐẠI XANH 2 VẠCH VÀNG
	ĐẠI XANH 3 VẠCH VÀNG
	ĐẠI VÀNG
	ĐẠI VÀNG 1 VẠCH ĐỎ
	ĐẠI VÀNG 2 VẠCH ĐỎ
	ĐẠI VÀNG 3 VẠCH ĐỎ

Les ateliers seront ouverts selon les grades présents et seront organisés par niveau de connaissance (travail du programme maximum 2 grades au dessus du grade actuel)

Pour le travail des quyển, apportez vos arme
Pour les approches combats, apportez les gants, protège-dents, protection jambes / pieds



Inscriptions



Nom :	Prénom :
Club :	Grade :
N° Licence :	

Samedi			TOTAL
Participation stage*	Oui <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>	30 €
Repas Midi	Oui <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>	10,70 €
Repas soir	Oui <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>	Pour réservation
Hébergement Ethic Etape	Oui <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>	23 €

Dimanche	Participe*	Ne participe pas*	
Participation stage*	Oui <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>	30 €
Repas Midi	Oui <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>	10,70 €

Adhérent UCVI (-10€ par journée)

* Cocher la case	TOTAL	
------------------	--------------	--

* L'adhésion à l'UCVI est un engagement de club. Toutefois, il est possible de demander une adhésion individuelle ; Se rapprocher du Bureau de l'UCVI pour effectuer la demande.

RESTAURATION

Les repas du samedi midi et du dimanche midi seront pris à Ethic étape

Le samedi soir, nous vous proposons un repas dans une pizzeria, à proximité de jeux... à réserver (Réservation à l'inscription et paiement sur place)

HEBERGEMENT pour sportifs : Ethic Etape

L'hébergement nous est proposé pour 23 € la nuit + petit déjeuner (Buffet libre service)

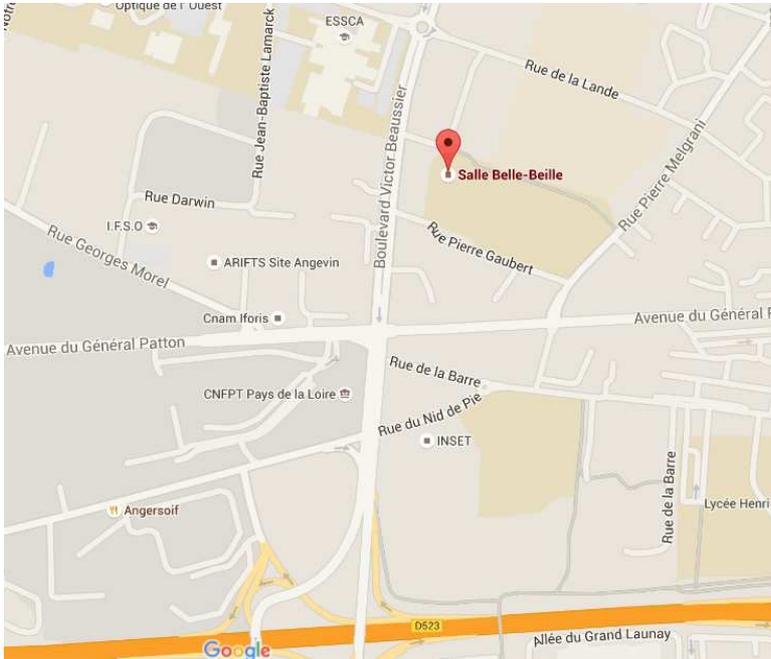
RAPPEL :

Assemblée générale de l'UCVI le samedi soir après le stage et avant le repas

*Tous les clubs sont invités, rattachés à différentes fédérations.
De fait, en cas d'accident, le vovinam angers club décline toute responsabilité.*



Plan d'accès



HEBERGEMENT : Pour ceux qui le souhaitent, voici une liste d'hôtels :

Nom	Localisation	Coordonnées
Hôtels	Périphérie de la ville	hotel-bb.com choicehotels.fr premiereclasse.com accorhotels.com campanile.com
	Ethique Etape	http://www.ethic-etapes-angers.fr * :

*Tous les clubs sont invités, rattachés à différentes fédérations.
De fait, en cas d'accident, le vovinam angers club décline toute responsabilité.*