

# Nos associations



Les cours sont dispensés au sein de deux associations œuvrant au développement des arts martiaux chinois : Kungfu Wushu Orleanais et Kungfu Wushu St-Jean de Braye.

L'association d'Orléans a été créée en 2008 et comporte aujourd'hui plus de 90 membres répartis sur 3 disciplines (Kungfu, Taichi et Qi Gong) et 18 heures de cours hebdomadaires.

En 2019, Kungfu Wushu St-Jean de Braye est créé. Les cours y sont consacrés au Kungfu Wing Chun.

Enfin, en 2021, une nouvelle structure est créée pour développer le Taichi et le Qi Gong sur Olivet.

**Les cours sont ouverts à toutes et à tous à partir de 7 ans, débutants comme confirmés. Le premier cours est offert.**

Orléans : [kungfutaichi-orleans.com](http://kungfutaichi-orleans.com)

St-Jean de Braye : [kungfuwingchun-sjdb.com](http://kungfuwingchun-sjdb.com)

# Les cours

## Lundi

Palais des sports d'Orléans, Salle multi-activités 2

18h-19h : Enfants 7-10 ans

19h-20h30 : Kungfu Shaolin

20h30-21h30 : Kungfu Shaolin avancés

## Mercredi

Gymnase des 4 Fils Aymon

18h45-20h15 : Kungfu Wing Chun

## Jeudi

Gymnase Victor Fouillade

18h30-19h30 : Kungfu enfants

19h30-21h : Kungfu Wing Chun

21h-22h : Kungfu Wing Chun avancés

## Vendredi

Gymnase Jean Zay (St-Jean de Braye)

19h-20h30 : Kungfu Wing Chun

20h30-21h : Kungfu Wing Chun avancés

## Samedi

Gymnase Jeanne d'Arc

10h45-12h : Kungfu Shaolin

12h-13h : Kungfu armes

## Tarifs

Kungfu enfants : 170 à 230 € / an

Kungfu illimité : 300 € / an

Kungfu avancé illimité : 340 € / an

Cours St-Jean de Braye seul : 220 €

(1 cours d'essai offert)

Rentrée le lundi 9 septembre 2024

# KUNGFU

# SHAOLIN

# WING CHUN



 KungfuTaijiQuanOrleans

 @kungfuwushuorleans

 kungfuwushu\_orleans

 kungfuwushuorleans

# L'enseignant

Tous les cours sont assurés par Maxime Dupartaire. Maxime débute le Kungfu par les styles ChangQuan et Shaolin à l'âge de 16 ans auprès de Maître Yuan HongHai. Il se forme ensuite au Taichi Chuan style Yang de l'école Shen Long auprès de Fabien Peyret, puis au style Wing Chun auprès de Johan Merley (disciple de Didier Beddar). Il enseigne depuis plus de 18 ans dans diverses structures et écoles de l'agglomération.

Depuis 2016, il se consacre pleinement à l'étude et à l'enseignement des arts martiaux.

Double champion de France de Kungfu  
et ancien membre de l'équipe de France

Ceinture noire de Wing Chun  
(lignée Johan Merley/Didier Beddar)

Titulaire d'un DEUG STAPS mention Éducation  
et Motricité et d'un CQP ALS

Certificat d'« Enseignant » de l'école Shen Long

## Contact

[kungfuwushuorleans@live.fr](mailto:kungfuwushuorleans@live.fr)

[kungfuwushu.sjdb@outlook.fr](mailto:kungfuwushu.sjdb@outlook.fr)

06.30.03.73.76

# Kungfu

Art de la guerre dans la Chine ancienne, le Kungfu (ou "Wushu") est un art martial mêlant coups de pied, frappes, clés, projections et maniement des armes. Le Kungfu est composé d'une multitude de styles et d'écoles. Nous travaillons les styles Shaolin et Wing Chun.

## Shaolin

*Aussi spectaculaire qu'explosif,  
le Shaolin développe  
la coordination, la souplesse  
et l'agilité.*

Originaire du temple Shaolin dans le Henan et directement inspiré des techniques de champ de bataille, le style Shaolin s'est spécialisé dans les attaques à longue distance et au corps à corps. Les mouvements demandant un engagement total, un pratiquant de Shaolin se doit de surpasser physiquement son adversaire. La répétition de séquences de mouvements appelés Tao Lu permet ainsi la maîtrise progressive des nombreux coups de pied, frappes, blocages et déplacements tout en développant les capacités physiques et spirituelles.

Le style Shaolin comporte également une grande variété d'armes : bâton, lance, épée, sabre, hallebarde...

# Wing Chun

Rendu célèbre par Bruce Lee et démocratisé par son maître Ip Man, ce style s'est développé dans le Sud de la Chine dans la région du GuangDong. Il est spécialisé dans les techniques à mi-distance permettant de contrôler et de frapper simultanément. Son fonctionnement simple et la rapidité d'enchaînement de ses techniques l'ont rendu populaire des pratiquants de self-défense.

Basé sur des concepts issus de la philosophie taoïste, le pratiquant de Wing Chun substitue le relâchement et la structure posturale à la force physique.

Le Wing Chun comporte 3 formes à mains nues, une forme au mannequin de bois et 2 formes avec armes (doubles couteaux et perche). Les cours sont en grande partie composés d'exercices avec partenaire.

*Surnommé « l'escrime des poings », le Wing Chun combine travail postural, intelligence tactique et contrôle des lignes d'attaque.*