

3^{ème}
SEMINAIRE
des ARTS
COREENS



09 & 10 Mai 2009
à Epinay sur orge (91)

Toute la Corée en un
Week-end...

志



PRESENTATION

En partenariat avec le Comité Départemental de Taekwondo du 91, la World Taekwon Mudo Académie, l'école française et européenne de Son mudo et l'école DOKWAN, nous vous invitons à la découverte de la Corée.

Après plusieurs voyages au pays du matin calme, nous souhaitons partager avec vous notre expérience des arts martiaux et de la culture de ce merveilleux pays.

Vous pourrez lors de ce week-end, vous initier au taekwondo, mais aussi vous ouvrir à la pratique d'autres disciplines toutes aussi riches et intéressantes.

Je tiens à remercier « vivement » tous les Maîtres et bénévoles d'avoir consacré de leur énergie et de leur temps pour ce projet.

**VENEZ NOMBREUX PARTAGER AVEC NOUS CETTE
EXPERIENCE UNIQUE EN FRANCE !**

LISTE DES ACTIVITES

Arts Externes

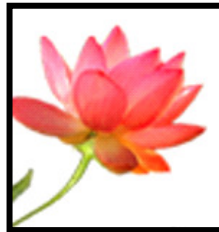
- ☯ Taekwondo Traditionnel
- ☯ Taekwondo Combat
- ☯ Taekwondo Initiation
- ☯ Taekwon Mudo

Arts Internes

- ☯ KumDo (Sabre)
- ☯ SonMudo (Art Zen)
- ☯ Méditation

Arts Culturels

- ☯ Cérémonie du Thé
- ☯ Calligraphie
- ☯ Cours de cuisine traditionnelle coréenne



Légendes

Public : Enfants de 6 à 13ans
Ados de 12 à 15 ans
Adultes de 14ans à +

Niveau : ☯ Toutes personnes, activités non sportive, tous âges.
☯☯ Praticants de tous grades, niveau d'engagement physique relatif. Passeport sportif obligatoire
☯☯☯ Praticants de niveau moyen, engagement physique. Tous grades. Passeport sportif obligatoire

DESCRIPTIF DES ACTIVITES

Arts Externes

Taekwondo Traditionnel

Par Maître Michel CARON 6^{ème} Dan

Formateur des ceintures noires en Ile de France, Maître Michel CARON a suivi l'enseignement du grand Maître Lee Kwan Young 9^{ème} Dan et importateur du Taekwondo en France. Un des meilleurs techniciens français et excellent pédagogue, Michel CARON continue de transmettre la tradition du Taekwondo au travers de livres et de son école.

Public : Enfants/Adultes
Niveau : 

Taekwondo Combat

Par Maître Adama COULIBALI 5^{ème} Dan

Entraîneur de nombreux champions de France et membres de l'équipe de France, Maître Adama COULIBALI a vu un de ses élèves, gagner la coupe du monde. Spécialiste du combat sportif, il fait preuve d'une grande pédagogie et d'une grande simplicité, Maître Coulibaly maîtrise l'enseignement de la stratégie et de la technico tactique spécifique au taekwondo olympique.

Public : Enfants/Adultes
Niveau : 

Taekwon Mudo

Par Maître David Sutherill 7^{ème} Dan (Angleterre)

Le Taekwon Mudo est un style de Taekwondo créé par le grand Maître Kim Young Ho 9^{ème} Dan ainsi que par le vénérable moine Kim Santae. Cet art cherche, au travers d'une pratique plus traditionnelle et martiale que le taekwondo olympique, à promouvoir une pratique en accord avec la longévité de l'organisme et les principes du DO. Maître Sutherill est le directeur technique européen de cette discipline.

Public : Enfants/Adultes
Niveau : 

Taekwondo Initiations

Pour les non pratiquants, nous proposons 2 séances de découverte du Taekwondo. Animées par des ceintures noires, les séances seront constituées d'exercices simples qui forment la base du Taekwondo. Ils pourront peut-être, si vous le demandez gentiment... vous faire une démonstration !

Public : Enfants/Adultes
Niveau : 


DESCRIPTIF DES ACTIVITES

Arts Internes & Culturels

SonMudo

Par Maître Frédéric FOUBERT 3^{ème} Dan SonMudo (5^{ème} Dan TKD)


SonMudo signifie littéralement art martial zen. Ensemble de techniques de yoga, de Taïchi et de chiquong, cette discipline est pratiquée dans les temples depuis des siècles pour garder les moines en bonne santé et décupler leurs capacités mentale et physique. Dirigé par Maître Frédéric FOUBERT, arbitre mondial de Taekwondo et responsable en France du SonMudo. Il a créé l'école française de SonMudo, simple, ouvert et animé d'une énergie très positive, il enseigne maintenant à de nombreux élèves.

Public : Ado/Adultes
Niveau : 

Méditation, KumDo, Calligraphie & Cérémonie du Thé

Par le vénérable moine Kim Santae

Co-fondateur de la World Mudo Académie, Maître Kim Santae est moine et membre de la congrégation bouddhiste zen « Todo il gwando ». Vous pourrez pratiquer avec lui la méditation sous différentes formes, ainsi que plusieurs arts ancestraux. Lors de ces séances, le temps s'arrête...

Public : Ado/Adultes
Niveau : 

Cours de cuisine traditionnelle coréenne

Venez vous initier à la cuisine du pays du matin calme avec nous, faite par une restauratrice coréenne.

Divers

Animation pour Enfants

Pour les enfants de - 14ans, nous proposons sous la direction d'animateurs BAFA, 3 séances d'animations permettant aux parents de suivre en toute tranquillité leurs stages.

Concours de dessin, vidéos, jeux sont au programme. Des lots seront offerts par la société JK Budo sport. Les meilleurs dessins seront mis sur le site internet des clubs.

MODALITES D'INSCRIPTION

Possibilité de prendre les stages à l'unité :

Taekwondo, Taekwon Mudo, Méditation, Son Mudo :	15€ adultes	10€ enfants
Calligraphie, Cérémonie du thé, Kumdo :	20€ adultes	15€ enfants
Repas coréen pour tous :	12€ 11ans &+	6€ -10ans

Possibilité de prendre un « PASS » :

PASS LOISIR : Accès à 2 activités (hormis la Calligraphie le repas et le cours de cuisine)
25€ adultes 18€ enfants

PASS PASSIONNE : Accès à toutes les activités d'une seule journée (5 stages), repas compris. Attention dans vos choix, certaines activités se déroulent en même temps. Remise de diplôme en fin de stage.
45€ adultes 30€ enfants

PASS ILLIMITE : Accès à toutes les activités du week-end (10 stages), repas compris. Attention dans vos choix, certaines activités se déroulent en même temps. Remise de diplôme en fin de stage.
80€ adultes 55€ enfants

Les activités sont à choisir à l'avance (réf : Tableau d'inscriptions). Changement possible le jour même dans la limite des places disponibles.

Attention, certaines activités ont un nombre limité de places (réservez vite)

Calligraphie : 25 places/séance
Cérémonie du Thé : 30 places/séance
Animations enfants : 24 places/séances
Initiations Taekwondo : 30 places/séances
Cours de cuisine : 15 places/séances

INSCRIPTIONS : DATE LIMITE de réception Vendredi 01 mai 2009

Pour s'inscrire vous devez :

1. Envoyer le paiement à l'adresse suivante :
M. LEPORCQ Michel 3 r André Malraux 91390 MORSANG S/O
2. Et vous inscrire par mail à l'adresse suivante: michel.leporcq.tkd@neuf.fr

Des inscriptions pourront être présent sur place dans la limite des places disponibles.

PROGRAMME

Samedi :

N°	Horaires	Type de cours	Intervenants
-S1-	9h30-10h30	Méditation	Maître Kim Santae
-S2-	9h30-10h30	Animation dessin « le taekwondo »	Benjamin
-S3-	10h45-12h45	Calligraphie	Maître Kim Santae
-S4-	10h45-12h45	Tkd Technique pour Enfants	Maître Caron
-S5-	10h45-12h45	Tkd Combat pour Adultes	Maître Coulibaly
	13h	Réception à la mairie	
	13h30-14h15	Repas coréen	
-S6-	14h30-15h30	Son Mudo en extérieur	Maître Foubert
-S7-	15h30-17h30	Son Mudo	Maître Foubert
-S8-	15h30-17h30	Cérémonie du Thé	Maître Kim Santae
-S9-	15h30-17h30	Taekwon Mudo Les Paljungdo	Maître Suthrill
-S10-	15h30-17h30	Initiation au Tkd	Ratana, Jean François
-S11-	15h30-17h30	Animation dessin et vidéo « la Corée »	benjamin
-S12-	17h30-19h00	Kum do (l'art du sabre)	Maître Kim Santae
-S13-	17h30-19h00	Tkd Technique pour Adultes	Maître Caron
-S14-	17h30-19h00	Tkd Combat pour Enfants	Maître Coulibaly

-Remise de diplômes-

Dimanche :

N°	Horaires	Type de cours	Intervenants
-D1-	9h00-10h00	Son Mudo	Maître Foubert
-D2-	10h15-12h15	Animation dessin « le Combat »	Benjamin
-D3-	10h15-12h15	Son Mudo	Maître Foubert
-D4-	10h15-12h15	Taekwon Mudo	Maître Suthrill
-D5-	10h15-12h15	Cours de cuisine Coréenne	Traiteur
	12h30-13h30	Repas coréen	
-D6-	13h30-14h30	Kum do (l'art du sabre)	Maître Kim Santae
-D7-	13h30-14h30	Initiation au Tkd	Ratana, Jean François
-D8-	14h45-17h00	Calligraphie	Maître Kim Santae
-D9-	14h45-17h00	Tkd Technique Poomsé pour Adultes	Maître Caron
-D10-	14h45-17h00	Tkd Combat pour Enfants	Maître Coulibaly
-D11-	17h15-18h45	Cérémonie du Thé	Maître Kim Santae
-D12-	17h15-18h45	Tkd Technique Poomsé pour Enfants	Maître Caron
-D13-	17h15-18h45	Tkd Combat pour Adultes	Maître Coulibaly

-Remise de diplômes-

TABLEAU D'INSCRIPTION

Attention ce tableau est à remplir que si vous envoyez votre inscription par courrier. (si non Fichier informatique joint)

N	<i>NOM Prénom</i>	<i>Date de naissance</i>	<i>Club Pays</i>	<i>Numéro des cours choisis</i> <small>(Même si pass)</small>	<i>Pass Loisir</i> qté	<i>Pass Passionné</i> Qté	<i>Pass Illimité</i> qté
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
	Somme Total						

Chèques à l'ordre de : « Dokwan Epinay taekwondo »

ADRESSE ET ACCES

Gymnase Georges POMPIDOU (Flèche sur le plan) : **Rue du plateau, 91.360 Epinay sur orge**

Salle du Cavom (Repas coréen Samedi et Dimanche midi et initiation cuisine coréenne) :
Rue de la Croix ronde, 91.360 Epinay sur orge

Par **A6** sortie Epinay sur Orge

Par **RER C** gare d'**Épinay sur Orge** (2 stations après Juvisy sur Orge)



HEBERGEMENT

Chez l'habitant :

En nous indiquant précisément votre lieu et votre heure d'arrivée, ainsi que l'âge, le sexe, et le nombre de personnes souhaité par foyer à l'adresse suivante : coledokwan@free.fr

Hôtels

Hotel Formule 1 Epinay sur Orge

Lotissement du Petit Vaux
1C, Rue Charaintru, 91360 Epinay S/Orge
08 91 70 52 43
01 69 34 58 33 - Télécopie

Hôtel Gril Campanile

Rue Grand Vaux
91360 Epinay sur Orge
01 69 74 11 99
01 69 34 57 13 - Télécopie

Comfort Hotel Adelaide - Morangis

81, Rue Lavoisier
91420 Morangis
01 69 09 02 45

Hotel Ibis Savigny sur Orge

9, Avenue Garigliano
91600 Savigny sur Orge
01 69 05 05 05
01 69 05 00 33 - Télécopie