

# Et Voilà, « Hoc Vo Viêt »

2013 c'est fini !  
2014 en Corse...



## Dernière ligne droite...

Les stages « Hoc vo viêt » se terminent ! Et oui, toute bonne chose a une fin. Les



dernières 36 heures de stage avec la présence de la Corse et Paris. On salue la présence du **Président de l'UCVI, Dumè Moreno.**

Sans perdre de temps et pour rentrer dans le vif du sujet, le stage démarre avec des révisions. Enchaînement de blocages, de sabres, de coups de pieds, de positions...

Nhu Khi Cong quyen 1 et 2, Doi luyen 1, techniques de couteau, contre attaque niveau 1 et 2 en triangle...etc...



## Travail, travail...

L'arc réflexe n'est pas inné, c'est quelque chose qui peut se travailler. Voilà quelques



exercices de mise en situation, pour travailler les blocages. N'importe quel niveau, n'importe quelle attaque. Ici, situation de contact avec succession de blocage du même côté, sur attaques haut et bas, avec contre attaque.



## Hoc Vo Viêt à la fête !

En route pour le parc Borely, où une séance photo tourne vite à la démonstration publique !

Les gens qui passent dans le parc s'arrêtent spontanément pour découvrir notre art martial.

Travail du Vat 2....travail à la hâche...



Le bureau de l'UCVI





## **Faire et refaire...pour refaire encore !**

Il est évident qu'on ne connaît jamais assez nos programmes !

Que dire alors de les maîtriser ?!!!

Pour prétendre à cet état de connaissance,

Il faut passer par les répétitions,

Découpages et analyses de chaque leçon.

Ici Nhu khi cong quyen 1 et 2.



Apprendre l'art martial du Viêt Nam ! Voilà un exercice qui nous soude chaque jour un peu plus...qui nous amène à nous retrouver chaque fois un peu plus nombreux, autour de Maître Jean-Christophe pour « mouiller » le vo phuc !

Alors à 2014 !!!

Le bureau de l'UCVI