



*Chers Vo Sinh, Chers amis*

*Le club de l'AGJA de Bordeaux Caudéran organise le 1er Stage de Vovinam Khi Dao du vendredi 19 mai 2023 à 18h au dimanche 21 mai 14h à l'espace Jean Bégarie, à Bordeaux Caudéran.*

*Ce 1<sup>er</sup> stage sera assuré par les maitres :*

- Truong Quang Tuan*
- Troncoso Huguette*
- Le Tan Minh*
- Truong Van-Nhu*
- Bosc Eric*

*Le programme de ce stage permettra d'aborder le Vovinam à travers son versant interne, le Khi Dao, la Voie du Souffle.*

*Entre théorie martiale, et exercices techniques, des ateliers seront proposés pour approfondir et enrichir votre pratique en club.*

*Ce stage est ouvert aux Vo Sinh de l'Union Vovinam Viet-Vo-Dao France et aux Vo Sinh invités.*

*Les seuls prérequis techniques à avoir : connaître le **Nhu Khi Cong Quyen Mot et le Phan don du 1<sup>er</sup> niveau.***

*Les inscriptions seront closes le 30 Avril 2023.*

*Pour une meilleure gestion des ateliers, le nombre de places est **limité à 50 personnes** hors enfants.*

*Un stage pour les enfants est proposé le samedi après-midi.*

*D'ici la fin janvier, les modalités d'inscriptions et des informations plus détaillées seront envoyées aux clubs.*

*Nous vous souhaitons une bonne année à toutes et tous.*

**La main d'acier sur le cœur de bonté**

Van Nhu TRUONG  
[van\\_nhu@yahoo.fr](mailto:van_nhu@yahoo.fr)