

Stage Hoc Vo Viet Stage Hoc Vo Viet Stage Hoc Vo Viet



Stage technique **Hoc Vo Viet** **Vovinam Viet vo Dao**



Marseille – Corse – Bordeaux
Stages d'été 2014

Direction technique

Jean-Christophe Broc 5^{ème} Dan de Vovinam

hlvchristophe@hotmail.com 06-03-03-52-64



Chers (es) pratiquants et pratiquantes,

Après le succès de la première édition 2012 et de la seconde en 2013 des stages Hoc Vo Viet et suite à de nombreuses demandes, nous vous proposons de nous retrouver pour cette année 2014 avec 5 grands stages intensif proposes :

Stage 1 à Marseille du 14 au 19 juillet.

Stage 2 en Corse du 21 au 26 juillet.

Stage 3 à Bordeaux du 4 au 9 Août.

Stage 4 à Marseille du 18 au 23 Août.

Stage 5 sur l'Île de la Réunion du 20 octobre au 1er novembre.

Les stages de l'été 2013 ont été riches d'échanges, non uniquement par la qualité technique de l'enseignement proposé, mais aussi et surtout grâce à vous. La participation de gradés reconnus comme Maître Do, Maître Patrick Eyma, Maître Ludovic Faucher, Maître Bertrand Grolleau et bien d'autres, a contribué à cette réussite.

« **Etre fort pour être utile** », c'est être utile au Vovinam, pour les générations à venir, en travaillant consciencieusement. C'est aussi une question de respect et de mémoire pour le travail effectué et laissé par les Maîtres : Maître Fondateur, Maître Patriarche, Maître Chieu, Maître Sen et tout le conseil des Maîtres à travers les cinq continents.

Pour l'année 2014, nous vous proposons, une fois de plus autour de Maître Jean-Christophe, de travailler notre art martial comme cela se fait au Viêt Nam. Le credo des stages Hoc Vo Viet peut se traduire par :

T – S – D – C ➔ Travail, Sérieux, Détente et Convivialité.

Dans les pages qui suivent, comme l'an dernier, vous trouverez des indications sur les lieux, les tarifs des différentes formules de stage, des liens pour l'hébergement, etc.

En espérant vous retrouver, au cours d'un stage, pour la saison estivale 2014, nous vous souhaitons une bonne fin d'année sportive.

Dumè Moreno

Président de l'UCVI

Jean Christophe BROCC

Seme dan - Expert Fédéral

Forme au To Duong

Responsable Technique U.C.V.I.



Contenu :

Un stage dure une semaine (sauf île de la réunion 2 semaines) ; Programme officiel du Vietnam ; Ouvert aux pratiquants de Vovinam et à d'autres styles désirant découvrir le Vovinam; Perfectionnement du programme et hors programme ; Cours à la carte pouvant être proposé pour les clubs.

Conditions pré requises pour suivre un stage :

Pour participer au stage technique international Vovinam il faut être majeur ou mineur et dans ce dernier cas le mineur sera accompagné d'une personne responsable.

Niveau des stages avec applications des programmes du Viêt Nam :

Pour tous → Tu Ve au 3ème cap.

Moyen → 3ème cap - Ceinture Jaune

Haut → Jaune 1er Dang - Jaune 2ème dang

Supérieur → Jaune 2ème Dang - Jaune 3ème dang

Expert → 3ème Dang - 4ème Dang - 5ème Dang



Stage 1 et 4 Marseille :

Le Vo Duong



Salle de la maison des sports...



Vo Duong pour le stage



Plage et abords pour entraînement et détente.



Plage et pelouse pour entraînement le matin...détente le soir !

Les locations...

L'hébergement n'est pas pris en compte dans le coût du stage. Libre à chacun de choisir sa formule : Hôtel, Auberge de jeunesse, location privée, ...

Pour les hôtels, Marseille, comme toute ville, est bien dotée en choix avec une large gamme de prix et de standing. Si vous souhaitez vous rapprocher du lieu du stage choisir Marseille 13008 et environs.

Pour l'auberge de jeunesse, ci-dessous le lien pour Marseille 13008 :

<http://www.hifrance.org/auberge-de-jeunesse/marseille--bonneveine.html>

Pour les locations, vous pouvez consulter le site :

www.leboncoin.fr

Exemple :

capacité 6 personnes 400 à 600€ la semaine

http://www.leboncoin.fr/locations_de_vacances/376322544.htm?ca=21_s&ds=20130708



Les Tarifs*...Marseille

Stagiaire	Remise	Tarif unité	Tarif groupe avec remise
1		220 €	
2	5%	209 €	418 €
3	10%	198 €	594 €
4	15%	187 €	748 €
5	20%	176 €	880 €
6	25%	165 €	990 €
7	30%	154 €	1 078 €
8 et +		154 €	Ajouter 154€/pers en +

*Les tarifs sont pour l'année 2014. Un chèque d'arrhes équivalent à 50% de la somme totale, à l'ordre de : **Vovinam Marseille** est à adresser à :

M. Broc Jean-Christophe 16 rue Marcel Roman 13015 Marseille

Cette somme sera encaissée et ne sera pas remboursée.



Conditions générales (Marseille).

- 1) Pour participer au stage technique national Vovinam il faut être majeur ou mineur et dans ce dernier cas le mineur sera accompagné d'une personne responsable.
- 2) Le stagiaire doit être en possession d'une licence sportive. Dans le cas contraire un document justifiant d'une assurance personnelle et d'un certificat justifiant de son aptitude à la pratique des arts martiaux.
- 3) Les horaires de stage doivent être scrupuleusement respectés.
- 4) Une tenue et une attitude correcte sont attendues durant les cours. Dans le cas contraire le stagiaire pourra être exclu du stage.
- 5) Les organisateurs déclinent toutes responsabilités des stagiaires en dehors des heures de cours (impliquant une présence physique).
- 6) Les inscriptions au stage (choix parmi les dates proposées, voir document « dates et tarifs ») doivent se faire au moins **un mois avant** la date de celui-ci.
- 7) L'inscription au stage est prise en compte dès réception du formulaire d'inscription ci-joint, accompagné d'un chèque d'arrhes représentant **50 % du tarif stage** (voir document « dates et tarifs »).
- 8) Aucun stage ne sera remboursé (désistement, abandon, blessure en stage et hors stage).
- 9) Les organisateurs ne prennent aucune responsabilité d'hébergement, de repas et de déplacement des stagiaires.

Signature du stagiaire (responsable légal pour les mineurs)

Précédé de la mention « Lu et approuvé »



Fiche d'inscription.

Je soussigné souhaite m'inscrire au stage technique national de Vovinam, à Marseille, pour la date du au J'atteste sur l'honneur être majeur (ou mineur accompagné d'un responsable légal).

Ci-joint mon règlement de €, chèque n° :, correspondant à 50 % du total stage hors frais d'hébergement, repas et transport. Le chèque devra être libellé à l'ordre de : Vovinam Marseille. Je certifie avoir pris connaissance des conditions générales du stage.

Merci d'adresser cette fiche ainsi que votre règlement à :

**Vovinam Marseille
s/c M. Jean-Christophe Broc
16, rue Marcel Roman
13015 Marseille**

Stagiaire

Nom :

Prénom :

Grade :

FFKDA : oui – non

Date de stage choisie : Du au

Tél :

Adresse courriel





Stage 2 en Corse



Chers (es) pratiquant(e)s.

Le Vovinam Corsica, en partenariat avec l'UCVI et sous la direction technique de Maître Jean-Christophe, vous annonce la tenue d'un stage « Vovinam – Rando » en Corse. Ce stage fait partie des quatre stages annuels « **Stage Hoc Vo Viet** ».

Une semaine entre pratique de l'art martial (minimum 6 heures/jour de pratique), randonnées et traditions Corses...vo phuc et maillot obligatoire !

La date proposée est la semaine du 21 juillet 2014 au 27 juillet 2014. Le prix du stage est de 680€¹. Le séjour se déroule en montagne, à presque 2000m d'altitude (pour la rando de bonnes chaussures sont conseillées). Le couchage proposé est situé au **gîte – restaurant « le Renosu »** (pour ceux qui le souhaitent, possibilité de couchage sous une tente de 2 ou 4 personnes). Vous pouvez venir en famille (avec vos enfants) et votre propre véhicule². **La date limite de réservation est le 15 mai 2014.**

Si vous êtes intéressé (e) merci de prendre contact³. Pour des raisons d'organisation, le nombre de places est limité (maxi 20).

Pensez également, quitte à vous faire sourire, que les transports pour l'île ne sont pas les transports continentaux !!! Il faut vraiment prévoir à l'avance, cela peut aussi vous faire gagner une petite marge sur le prix.

Cordialement,
D. Istria

¹Non inclus le voyage Continent – Corse A/R.

²Si vous vous déplacez avec votre propre véhicule au cours du stage, merci de le signaler. De la même façon, si vous optez pour des nuits sous la tente merci de le signaler également. Dans les deux cas des réductions sont proposées.

³**Hélène Berge 0611799226 - Daniel Istria 0621873333 - Dumè Moreno 0619605401 – vovinamcorsica@hotmail.fr**



Tarifs pour la Corse hors coût du stage et de la traversée.

Stage **Stage Hoc Vo Viet avec le VVD Corsica et l'UCVI**

Prix du stage : 680 € / Personne. 1200 € / 2 personnes. **Réservation avant le 30/04/2014.**

Date du stage :

Du 20 juillet au 27 juillet. Le stage démarre le lundi matin. **Prévoir l'arrivée en Corse le dimanche 20 juillet.**

Activités :

Rivière ; Plage ; Accrobranche ; Randonnée ; Visite de Bastia ou Ajaccio (à définir) ; Vovinam (évidemment !).

Calendrier prévisionnel des activités (à consulter).

Prestations :

Le tarif inclus l'hébergement en gîte (dortoir) ; Les repas matin, midi, soir ; Le transport durant le stage ; l'activité « accrobranche ». Des modulations de tarifs peuvent être effectuées, prière de nous consulter.

Le tarif n'inclus pas la partie Vovinam Hoc Vo Viêt. Suivant la formule choisie (voir grille tarifs Hoc Vo Viet) merci de joindre lors de votre réservation un chèque d'arrhes à l'ordre du « Vovinam Marseille », représentant 50% du montant des prestations Hoc Vo Viêt.

Le tarif n'inclus pas le voyage Continent – Corse aller/retour ; Les consommations hors pension complète.

Equipements :

Duvet ; Chaussures de randonnée (ou très bonnes baskets) ; Polaire ; Coupe vent ; Maillot ; Crème solaire.



Les lieux d'entrainement...

Plage...



Montagne...



Calendrier prévisionnel des activités

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Après midi	Rivière Entraîn ^{ent} 3h	Plage Entraîn ^{ent} 3h Retour plage	Rivière Entraîn ^{ent} 3h	Accrobranche Entraîn ^{ent} 3h	Plage Entraîn ^{ent} 3h Retour plage	Rando Entraîn ^{ent} 3h	Entraîn ^{ent} 3h
Matin	Entraîn ^{ent} 1h	Entraîn ^{ent} 3h Départ plage	Entraîn ^{ent} 1h Rando Entraîn ^{ent} 2h	Entraîn ^{ent} 3h Tps libre	Entraîn ^{ent} 3h Départ plage	Entraîn ^{ent} 3h Rando	Tps libre Ajaccio ou Bastia

Entraîn^{ent} = Entraînement Vovinam.

Rivière : Moment de détente dans le Fiumorbu.

Plage : Plage familiale sur la plaine orientale.

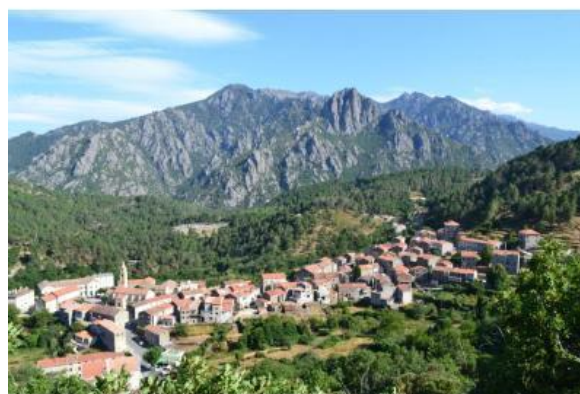
Rando : Randonnée aux alentours du Monte Renosu.

Accrobranche : Site de la « Vecchia Mina ». Parcours adultes et enfants.

Tps libre = Temps libre (avec une demi journée sur Ajaccio ou Bastia).



Parc aventure de Ghisoni



Village de Ghisoni



Stage Hoc Vo Viet Stage Hoc Vo Viet Stage Hoc Vo Viet

Prix du stage : 680 € / Personne. 1200 € / 2 personnes (non inclus tarif Hoc vo viêt. Chèque de 30% d'arrhes à la réservation à l'ordre du Vovinam Corsica.

Les Tarifs ...pour la Corse.

Stagiaire	Remise	Tarif unité	Tarif groupe avec remise
1		220 €	
2	5%	209 €	418 €
3	10%	198 €	594 €
4	15%	187 €	748 €
5	20%	176 €	880 €
6	25%	165 €	990 €
7	30%	154 €	1 078 €
8 et +		154 €	Ajouter 154€/pers en +

*Les tarifs sont pour l'année 2014. Un chèque d'arrhes équivalent à 50% de la somme totale, à l'ordre de : **Vovinam Marseille** est à adresser à :

M. Broc Jean-Christophe 16 rue Marcel Roman 13015 Marseille

Cette somme sera encaissée et ne sera pas remboursée.



Conditions générales (Corse).

- 10) Pour participer au stage technique national Vovinam il faut être majeur ou mineur et dans ce dernier cas le mineur sera accompagné d'une personne responsable.
- 11) Le stagiaire doit être en possession d'une licence sportive. Dans le cas contraire un document justifiant d'une assurance personnelle et d'un certificat justifiant de son aptitude à la pratique des arts martiaux.
- 12) Les horaires de stage doivent être scrupuleusement respectés.
- 13) Une tenue et une attitude correcte sont attendues durant les cours. Dans le cas contraire le stagiaire pourra être exclu du stage.
- 14) Les organisateurs déclinent toutes responsabilités des stagiaires en dehors des heures de cours (impliquant une présence physique).
- 15) Les inscriptions au stage (choix parmi les dates proposées, voir document « dates et tarifs ») doivent se faire au moins **avant le 15 mai 2014**.
- 16) L'inscription au stage est prise en compte dès réception du formulaire d'inscription ci-joint, accompagné d'un chèque d'arrhes représentant **50 % du tarif stage et 30% du tarif hébergement** (voir document « dates et tarifs »).
- 17) Aucun stage ne sera remboursé (désistement, abandon, blessure en stage et hors stage).
- 18) Les organisateurs ne prennent aucune responsabilité d'hébergement, de repas et de déplacement des stagiaires.

Signature du stagiaire (responsable légal pour les mineurs)

Précédé de la mention « Lu et approuvé »



Fiche d'inscription.

Je soussigné souhaite m'inscrire au stage technique national de Vovinam, en Corse, pour la date du au J'atteste sur l'honneur être majeur (ou mineur accompagné d'un responsable légal).

Ci-joint mon règlement de €, chèque n° :, correspondant à 50 % du total stage hors frais d'hébergement, repas et transport. Le chèque devra être libellé à l'ordre de : Vovinam Marseille. Je certifie avoir pris connaissance des conditions générales du stage.

Merci de prendre contact avec :

Vovinam Corsica

Hélène 0611799226 - Daniel 0621873333 - Dumè 0619605401

Stagiaire

Nom :

Prénom :

Grade :

FFKDA : oui – non

Date de stage choisie : Du au

Tél :

Adresse courriel





Stage 3 à Bordeaux



Lieux d'entraînement et sites accessibles

Le Vo Duong Salle



Salle Pierre de COUBERTIN



Plage et abords pour entraînement et détente.



Plage pour entraînement le matin...détente le soir !

Les locations...



Stage Hoc Vo Viet Stage Hoc Vo Viet Stage Hoc Vo Viet

L'hébergement n'est pas pris en compte dans le coût du stage. Libre à chacun de choisir sa formule : Hôtel, Auberge de jeunesse, location privée, ...

Pour les hôtels, Arcachon , comme toute ville, est bien dotée en choix avec une large gamme de prix et de standing. Si vous souhaitez vous rapprocher du lieu du stage choisir **BASSIN D'ARCACHON 33120**

<http://www.camping-bassin-arcachon.com/>

<http://www.camping-panorama.com/>

<http://www.bassin-arcachon.com/chambres-maison-hotes>

Pour l'auberge, ci-dessous le lien

<http://www.abritel.fr/location-vacances/p655054>

Les locations, vous pouvez consulter sur le site :

Arcachon ou **la teste du buch**: www.leboncoin.fr



Conditions générales pour Bordeaux.

- 19) Pour participer au stage technique national Vovinam il faut être majeur ou mineur et dans ce dernier cas le mineur sera accompagné d'une personne responsable.
- 20) Le stagiaire doit être en possession d'une licence sportive. Dans le cas contraire un document justifiant d'une assurance personnelle et d'un certificat justifiant de son aptitude à la pratique des arts martiaux.
- 21) Les horaires de stage doivent être scrupuleusement respectés.
- 22) Une tenue et une attitude correcte sont attendues durant les cours. Dans le cas contraire le stagiaire pourra être exclu du stage.
- 23) Les organisateurs déclinent toutes responsabilités des stagiaires en dehors des heures de cours (impliquant une présence physique).
- 24) Les inscriptions au stage (choix parmi les dates proposées, voir document « dates et tarifs ») doivent se faire au moins **un mois avant** la date de celui-ci.
- 25) L'inscription au stage est prise en compte dès réception du formulaire d'inscription ci-joint, accompagné d'un chèque d'arrhes représentant **50 % du tarif stage** (voir document « dates et tarifs »).
- 26) Aucun stage ne sera remboursé (désistement, abandon, blessure en stage et hors stage).
- 27) Les organisateurs ne prennent aucune responsabilité d'hébergement, de repas et de déplacement des stagiaires.

Signature du stagiaire (responsable légal pour les mineurs)

Précédé de la mention « Lu et approuvé »



Fiche d'inscription.

Je soussigné souhaite m'inscrire au stage technique national de **LA TESTE DU BUCH**, pour la date du au J'atteste sur l'honneur être majeur (ou mineur accompagné d'un responsable légal).

Ci-joint mon règlement de €, chèque n° :,

correspondant à 50 % du total stage hors frais d'hébergement, repas et transport. Le chèque devra être libellé à l'ordre de : **Vovinam Aquitaine**. Je certifie avoir pris connaissance des conditions générales du stage.

Merci d'adresser cette fiche ainsi que votre règlement à :

Mr. ARNAUD Olivier
1 Grande Mignoterie 33230 MARANSIN

Stagiaire

Nom :

Prénom :

Grade :

FFKDA : oui – non

Date de stage choisie : Du au

Tél :

Adresse courriel

Les Tarifs*...Bordeaux



Stagiare	Remise	Tarif unité	Tarif groupe avec remise
1		220 €	
2	5%	209 €	418 €
3	10%	198 €	594 €
4	15%	187 €	748 €
5	20%	176 €	880 €
6	25%	165 €	990 €
7	30%	154 €	1 078 €
8 et +		154 €	Ajouter 154€/pers en +

*Les tarifs sont pour l'année 2014. Un chèque d'arrhes équivalent à 50% de la somme totale, à l'ordre de : **Vovinam Aquitaine** est à adresser à :

Mr. ARNAUD Olivier 1 Grande Mignoterie 33230 MARANSIN (06.84.62.95.66)

Cette somme ne sera encaissée qu'un mois avant le début du stage choisi et ne sera pas remboursée.



Maître Jean-Christophe

Jean-Christophe BROC

Débute les Arts Martiaux vietnamien en 1982 à l'âge de 12 ans.

Titulaire du diplôme d'instructeur fédéral F.F.K.A.M.A.

Expert fédéral auprès de la F.F.K.D.A.

Titulaire du C.Q.P.

Passage de grade en France :

Ceinture noire en Juin 1988

1er dang en Juin 1989.

2ème dang en Mai 1998

3ème Dan FFKDA en Juin 2001

4ème Dan FFKDA en Mai 2007

5ème Dan FFKDA en Janvier 2012

Passage de grade au Vietnam devant le Maitre Patriarche :

1er dang Juin 2000

2ème dang Avril 2001

3ème dang Janvier 2004

4ème dang Juillet 2007

5^{ème} dang Janvier 2012



Stages d'entraînement au Vietnam :

32 Stages au vietnam au TO DUONG chez le **Maitre Patriarche Le Sang** 10ème dang, il a confié ma formation à mon Maitre instructeur **VO SU Nguyen Van Sen** 9ème dang.

Année 1999 : Juillet et Novembre

Année 2000 : Février, Avril, Juin, Octobre

Année 2001 : Février, Avril, Novembre

Année 2002 : Janvier, Avril, Aout

Année 2003 : Janvier et Décembre

Année 2004 : juillet-Aout, Octobre,

Année 2005 : Janvier, Juillet

Année 2006 : juillet et Aout

Année 2007 : juillet

Année 2008 : Décembre

Année 2009 : Janvier - Décembre

Année 2010 : Janvier - Décembre

Année 2011 : Janvier, Février - juillet et Aout – Décembre

Année 2012 : Janvier, Février, Décembre

Année 2013 : Janvier, Février, Décembre

Année 2014 : Janvier, Février, Mars



Maitre Patriarche LE SANG 10ème Dang a nommé Jean-Christophe son représentant officiel à Marseille.