Ecole de Silat Défense Adamoise

- Activités et offres de services : Venez découvrir et pratiquer avec nous le Penchak Silat, l’art du « Combat Eclair » !

Art Martial Traditionnel du Sud Est Asiatique (Indonésie, Malaisie, Bruneï), le Penchak Silat est constitué de techniques et postures issues de l’observation des combats d’animaux de la jungle et est parfaitement adapté à la Self Défense en environnement urbain
L’enseignement est effectué par une équipe de Professeurs et d'Assistants compétents et passionnés qui vivent, partagent et transmettent cette passion avec à la fois une grande finesse et justesse technique ainsi qu'une pédagogie extrêmement bienveillante (ingrédient essentiel pour progresser sereinement).
Qui peut pratiquer ? Vraiment tout le monde, quel que soit votre sexe, niveau ou âge !
Nous accueillons au sein du club un très grand nombre de femmes qui d’ailleurs excellent dans la pratique, des personnes de tous âges, ainsi qu’une section enfants (avec un spécialement enseignement adapté)
Un des objectifs principaux du Penchak Silat étant de neutraliser, en un temps record, tout individu malveillant et pouvoir s’échapper (en faisant usage de ruses, de feintes, de coups de poings/pieds/genoux/coudes, clés, projections, etc.), celui-ci ne nécessite donc pas d’aptitudes physiques particulières
Seule une réelle motivation est nécessaire
Possibilité d’assister à un cours d’essai (prévoir tenue de sport et baskets de salle)
A essayer absolument si vous êtes intéressé par la pratique des Arts Martiaux ou Self Défense, ou tout simplement si vous envisagez de vous remettre au sport !

Coordonnées

president@penchaksilatdefense95.fr
06 74 74 18 84 / 06 20 66 29 97
Documents
flyer-esda-2023_0.jpg
Liens utiles
Site Web
Facebook