Neko Nanbudo Club

(https://ville-cachan.fr/annuaire-des-associations/neko-nanbudo-club/)

Arts martiaux

Adresse : 38 avenue Jean-Jaurès, 94230 Cachan

Téléphone : +33 6 83 10 24 74

Horaires : Kidoho - bien-être/relaxation
Mercredi : 21h00 - 22h00

Art martial - Adultes
Mercredi : 19h30 - 21h00
Vendredi : 19h30 - 21h30

Art martial - Ados
Mercredi : 19h30 - 20h30
Vendredi : 19h30 - 20h30

Art martial - Enfants
Mercredi : 18h30 - 19h30
Vendredi : 18h30 - 19h30

Cours d'armes - une fois par mois
Cours enfants : mercredi et vendredi de 18h30 à 19h30
Cours Ados-Adultes : mercredi de 20h30 à 22h et vendredi de 19h30 à 21h30
Cours Kidoho (bien-être) : mercredi de 19h30 à 20h30

Courriel : neko.nanbudo@gmail.com

Site internet : https://www.nanbudo.eu/les-clubs/neko-nanbudo-club/OWNFUk5TOGxZYXR5NTRnbWViL3lpdz09

Le nanbudo, basé sur l’esquive et la contre-attaque, propose une approche des arts martiaux japonais diversifiée et structurée. Le combat à deux permet d’explorer non seulement les coups de poings et les coups de pieds, mais également les clés, les projections et les balayages. L’intensité des échanges s’ajuste en fonction de l’engagement de chacun. Les formes pratiquées seules tels les katas, développent rigueur et psychomotricité.

Le Nanbudo basé sur l'esquive et la contre-attaque, propose une approche des arts martiaux japonais diversifiée et structurée.

Le combat à deux permet d'explorer non seulement les coups de poings et les coups de pieds mais également les clés, les projections et les balayages.

L'intensité des échanges s'ajuste en fonction de l'engagement de chacun. Les formes pratiquées seules tels les katas, développent rigueur et psychomotricité.

art martial – combat – kata – pieds-poings – self-défen