

# HISTOIRE DU VOVINAM VIET VO DAO

VOVINAM : Mouvement ou École d'art Martial  
VIÊT VO DAO :

Viêt : Vietnamien

Vo : L'art Martial

Dao : La Voie, la Philosophie

Le Vovinam Viet Vo Dao est un Art martial  
Vietnamien officiellement créé en 1945 par  
le maître Nguyen Loc.

Il comprend une grande variété de techni-  
ques : self défense, enchaînements seuls  
ou à plusieurs, techniques de combat, ci-  
seaux volants, lutte Vietnamienne, techni-  
ques de projection, armes traditionnelles  
(couteau, sabre, bâton, hallebarde,...).

Il se distingue du courant Viet Vo Dao, par  
une tenue bleue, et des techniques parti-  
culières.

Le Maître fondateur NGUYÒN LÒC ( 1912  
-1960 ), a su rassembler et codifier le patri-  
moine martial du Viêt nam, tous les arts  
martial du monde en vue de créer une  
discipline appelée

VOVINAM VIÊT VO DAO en 1938.



MAÎTRE :

N'GUYEN LOC



Vovinam Noisiel  
5 Allée des Myosotis  
77186 Noisiel  
N° Siret:511 643 975 0010  
Agrément Ministeriel :AS77091408  
Préf : W771000814  
www.vovinamnoisiel.org



Nom :

Prénom :

Date de Naissance :

Agés:

Adresse :

Téléphone :

Email :

Pièces à fournir : Nouveau ou ancien adhérent :

Un certificat médical autorisant la pratique des arts  
martial .

2 Photos .

En Un chèque ou plusieurs chèques d'un montant de :

Eveil Vovinam 4 à 6 ans : 150 Euros

Enfants 6 à 18 ans : 180 Euros

De 19 ans A plus : 200 Euros

Passeport sportif : à mettre à jour chez le médecin

Compris dans le prix de la Cotisation :

Les Assurances et les licences FFKAMA :

36 € .Inscription aux compétitions ,

Autorisation pour les mineurs.

Je soussigné(e)

autorise :

A pratiquer le Vovinam Viet Vo Dao durant la saison  
2015/2016

Signature :

## FICHE D'INSCRIPTION

VOVINAM VIET VO DAO NOISIEL

# COSEC DE L'ALLÉE DES BOIS NOISIEL



Le club :

Le club de Vovinam Noisiel a plus de 25 ans. Il a  
formé et reçu de nombreux élèves.

Il participe activement à faire connaître le Vovinam  
Viet Vo Dao dans le monde et a notamment  
représenté plusieurs années de suite le Vovinam  
Viet Vo Dao à la Nuit des Arts Martiaux de Bercy. Il  
est reconnu dans le Monde entier pour ces com-  
battants et ces enseignants de niveau international.

VOVINAM VIET VO DAO NOISIEL

ART MARTIAL VIETNAMIEN

Téléphone : 01 60 31 11 17  
www.vovinamnoisiel.org

## LE VOVINAM

Le Vovinam va aussi bien aux hommes qu'aux femmes, aux petits qu'aux grands gabarits, en harmonie entre force et souplesse.

Littéralement, « võ » signifie Art martial. On le retrouve dans les deux termes : Vovinam qui signifie art martial vietnamien et Viet Vo Dao qui signifie la voie - « Đạo » de l'art martial ou du peuple vietnamien. Cet art martial fut créé par le maître Nguyen Lôm en 1938. Il est pratiqué dans plus de 70 pays et par plus de 50 mille pratiquants à travers le monde.

Le Vovinam est un art martial complet où le travail de percussions poing pied est aussi important que la saisie, la projection ou bien les clefs aux articulations ainsi que les fameux ciseaux. Le travail des armes traditionnelles (sabre, bâton, couteau...) est aussi présent à haut niveau tout comme celui du « vat » - la lutte vietnamienne.

La pratique du Vovinam favorise le développement harmonieux de tous les muscles. Elle oriente le pratiquant vers la maîtrise de son corps : l'aisance corporelle, la souplesse. Elle développe aussi la confiance en soi, permet de vaincre la timidité et à canaliser l'agressivité latente. Aucune violence n'est exprimée, grâce à la recherche permanente de l'équilibre, de la perfection du mouvement, de l'esthétique et de l'efficacité des enchaînements, avec toujours un profond respect du partenaire et un esprit de discipline qui définit les règles et usages à respecter, à l'égard des autres et de soi-même.

Vivant sous la devise « **Etre fort pour être utile** », le Vovinam est symbolisé par le bambou, qui « **plie mais ne se rompt pas** », image de la droiture, de la souplesse, de la constance et du désintéressement. Son salut : « **La main d'acier sur le cœur de bonté** ».

Peu d'enfants et d'adultes résistent au plaisir de pratiquer cet art martial, activité d'équilibre qui convient à tous. Dès l'âge de 4 ans, l'enfant peut s'y initier.

## VOVINAM VIET VO DAO NOISIEL COSEC Allée des Bois Renseignement tél : 01 60 31 11 17



*L'uniforme pour les pratiquants*



*Le bambou - symbole du Vovinam*

## LES HORAIRES

### LUNDI :

17 H 30 A 20 H 00  
20 H 00 A 22 H 00

### MARDI :

13 H 00 A 14 H 00  
17 H 30 A 20 H 00  
20 H 00 A 22 H 00

### MERCREDI :

ENFANTS 7 à 10 ans  
DE 17 H 15 A 20 H 00  
20 H 00 A 22 H 00

### JEUDI :

17 H 30 A 20 H 00  
20 H 00 A 22 H 00

### VENDREDI :

17 H 30 A 20 H 00  
20 H 00 A 22 H 00

### SAMEDI :

ENFANTS 4 à 6 ans  
De 10 H 00 A 12 H 00  
ENFANTS 7 à 13 ans  
DE 14 H 00 A 18 H 00