



VOVINAM



Le Vovinam Viet Vo Dao est un art martial vietnamien qui prend tout son ampleur au sein des arts martiaux en France et est présent à Bonchamp pour une deuxième saison.

Cette discipline se divise en deux grandes parties, l'une technique, l'autre combat : La technique, comprend les enchainements individuels mains nues et armes, les techniques en équipe avec les combat codifiés à deux ou à quatre, le self défense, la lutte et les contre attaque. La spécialité spectaculaire de cet art martial sont les ciseaux volants, une technique de saisie aérienne avec les jambes.

La partie combat, se déroule selon les règles du pied - poing avec contact pour les adultes et light pour les enfants.

De par son côté complet, riche et varié, le Vovinam Viet Vo Dao s'ouvre à tous les publics, enfants comme adultes, masculin, comme féminin, en loisirs ou en compétition.

Le club compte parmi ses encadrants des compétiteurs médaillés internationaux aux Championnats d'Europe et aux Championnats du Monde.

Président
Jonathan BOURÉ
0678 13 72 44

Secrétaire
Gladys BOURÉ

Trésorier
Océane BRÉARD



Dates à retenir

> **Déc. 2025 / Juin 2026**

DOJO

Passage de grade

> **Déc. 2025**

Complexe sportif

Tournoi interne

vovinam@es-bonchamp.fr

es-bonchamp.com puis clic sur logo vovinam

Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux

<https://www.facebook.com/vovinambonchamp/>

<https://www.instagram.com/esbvovinam/>

TARIFS

Catégorie	Jours	Heures	Lieux	Tarifs
Enfants 5-6 ans (2019-2020)	Mercredi	13h30-14h15	DOJO	100 €
Enfants 7-9 ans (2016-2018)	Mercredi	14h30-15h30		100 €
Enfants 10-13 ans	Mardi	18h-19h		120 €
Ado-Adulte à partir de 14 ans (2011 et avant)	Mardi	19h-20h30 (technique)		140 €
	Jeudi	18h30-20h (combat)		
Gradés	Vendredi	17h30-20h30		
	Dimanche	Horaires libres		

Kimono bleu Vovinam (vo phuc) : 40 €
Location possible pour les 5-6 ans : 20 €
(avec chèque de caution de 40 €)

