



MINH LONG FRANCE

Siège administratif – Secrétariat : 9, Rue de Verdun – 86100 - CHATELLERAULT
Mail: minhlongfrance@yahoo.fr

ST HERBLAIN, le 21 Septembre 2015

*Aux Présidents et Responsables des Clubs
d'AMV affiliés à la FFKDA*

Objet : Invitation à la Coupe du Sud MINH LONG – Open de ST HERBLAIN

Chers amis Praticants des Arts Martiaux Vietnamiens,

Nous avons le plaisir de vous annoncer qu'aura lieu le **29 Novembre 2015** la nouvelle édition de notre Traditionnelle Compétition d'Arts Martiaux Vietnamiens.

Cette compétition est **UNIQUEMENT ouverte** aux pratiquants(es) d'Arts Martiaux Vietnamiens licenciés pour la saison 2015/2016 auprès de la **Fédération Française de Karaté et Disciplines Associées (FFKDA)**.

Cette compétition est organisée par l'**Association MINH LONG FRANCE** en partenariat avec le **club de VO CO TRUYEN Minh Long Vo Dao ST HERBLAIN** et la **FFKDA**, via la **Ligue des Pays de Loire**.

Ouverte aux pratiquants à **partir de 6 ans (Poussins)**, aux Débutants et aux Anciens (Espoirs) comme aux Enseignants gradés (Open), elle verra s'affronter les compétiteurs dans les épreuves suivantes:

- **Enchaînements à mains nues individuel** (THAO QUYEN),
- **Leçons d'arme individuelle** (BINH KHI),
- **Enchaînement de technique de combat par équipe de 2 à 4** (SONG LUYEN),
- **Challenge arme**
- **Combat Souple en Semi-Contact** (SONG DAU).

Comme pour les éditions précédentes, l'**Association MINH LONG FRANCE** a mis en place un **Règlement spécifique pour cette compétition**.

L'inscription pour cette Compétition se fait uniquement par un formulaire à remplir sur internet dont vous trouverez le lien ci-après.

Nous serions très heureux que vous honoriez cette manifestation de votre présence : nous souhaitons en faire un moment de convivialité et de rencontre entre passionnés des arts martiaux vietnamiens.

Aziz ABDOUSS

Superviseur Coupe du Sud Minh Long

Ci-joint :

Descriptif des épreuves

Déroulement de la compétition

Modalités d'inscription

Autorisation parentale pour les mineurs

Plan d'accès et lieux d'hébergement

Règlement de la compétition

Affiche au format A4 annonçant la compétition





MINH LONG FRANCE

Siège administratif – Secrétariat : 9, Rue de Verdun – 86100 - CHATELLERAULT
Mail: minhlongfrance@yahoo.fr

COUPE DU SUD MINH LONG – OPEN DE ST HERBLAIN 29 Novembre 2015

DESCRIPTIF DES EPREUVES

COMPETITION TECHNIQUE

- Enchaînement à mains nues (THAO QUYEN) et Leçon d'arme (BINH KHI)

Les compétiteurs, individuellement, répartis par catégories d'âge, sexe et grade présentent un **Quyên** ou un **Binh Khi** de leur choix (il n'y a pas de distinction entre les armes souples et dures, etc....).

Ils sont évalués sur les critères suivants :

- Précision du geste / Réalisme
- Difficulté technique / Vitesse d'exécution
- Efficacité des mouvements / Comportement

- Challenge Arme (BINH KHI)

Afin de mettre en valeur les armes utilisées dans les arts martiaux, le **Challenge Arme** verra s'affronter en **UNE SEULE CATEGORIE**, les compétiteurs quel que soit leur âge, leur sexe ou leur grade qui présenteront une leçon de leur choix (arme encore à définir).

Ils seront évalués sur les mêmes critères que les épreuves Quyên et Binh Khi.

- Enchaînement de techniques de combat à deux ou trois (SONG LUYEN)

Les compétiteurs, **par équipe de 2 à 4 qui peut être mixte**, répartis par catégories d'âge et grade présentent un **Song Luyen** qu'ils ont créée de 2 minutes maximum.

Ils sont évalués sur les critères suivants :

- Précision du geste / Réalisme des techniques de combat
- Difficulté technique / Vitesse d'exécution
- Synchronisation des pratiquants / Comportement

COMPETITION COMBAT TRADITIONNEL

- Combat Souple en Semi-Contact (SONG DAU)

Répartis par âge, sexe et par catégories de poids, les compétiteurs s'affrontent en une reprise de 1 min 30 à 2 min 30 selon les âges, pour chaque combat.

Les protections (coquille, protège-dents, protèges tibia et coup de pied, gants et casque) sont obligatoires. Le plastron est porté par les deux combattants si l'un d'entre eux en fait la demande à partir de la catégorie junior (il est obligatoire pour les catégories précédentes).

MODALITES DE PARTICIPATION :

- **5 € pour les compétiteurs adhérents à MINH LONG FRANCE**
- **8 € pour les compétiteurs des autres styles et écoles d'AMV**
- **IMPERATIF : UN SEUL CHEQUE PAR CLUB**





MINH LONG FRANCE

Siège administratif – Secrétariat : 9, Rue de Verdun – 86100 - CHATELLERAULT
Mail: minhlongfrance@yahoo.fr

COUPE DU SUD MINH LONG – OPEN DE ST HERBLAIN 29 Novembre 2015

INSCRIPTION A LA COMPETITION

Pour s'inscrire, uniquement par internet sur le lien suivant, compléter ce formulaire en ligne :

https://docs.google.com/forms/d/1N_1UYKew0glavtU1iKUOHEH0mespcTvB3p0_XzoTLIU/viewform?c=0&w=1

PROGRAMME

ATTENTION, cette année la compétition commence avec les adultes !

8h00 : Accueil des administrateurs, juges et arbitres.

8h15 : Accueil des compétiteurs adultes : **Cadets, Juniors, Séniors, Vétérans.**

8h30 : **Compétition Technique OPEN (+ de 5 ans de pratique) :**

- Quyen
- Binh Khi (armes)
- Song Luyen

10h30 : **Compétition Technique ESPOIR (- de 5 ans de pratique) :**

- Quyen
- Binh Khi
- Song Luyen.

12h30 : Accueil des compétiteurs enfants : **Mini Poussins, Poussins, Benjamins, Minimes.**

13h00 : **Compétition Technique ENFANTS :**

- Quyen
- Binh Khi (armes)
- Song Luyen

14h00 : **Compétition COMBAT (Song Dau)**

18h00 : **Challenge de l'Épée**

19h00 : **Remise des récompenses**

20h00 : **Repas de clôture**





MINH LONG FRANCE

Siège administratif – Secrétariat : 9, Rue de Verdun – 86100 - CHATELLERAULT
Mail: minhlongfrance@yahoo.fr

COUPE DU SUD MINH LONG – OPEN DE ST HERBLAIN 29 Novembre 2015

MODELE D'AUTORISATIONS PARENTALES

AUTORISATION PARENTALE (à remplir par le représentant légal)

Je soussigné(e) Mme – M. : (père, mère, tuteur légal),
autorise ma fille – mon fils :
à participer à la Coupe du Sud Minh Long le 29 novembre 2015 à ST HERBLAIN.
J'autorise les organisateurs à faire évacuer mon enfant sur le service hospitalier adéquat et par les services
de secours agréés si cela s'avérait nécessaire.

Fait à : Le : / /

SIGNATURE DU REPRESENTANT LEGAL :

AUTORISATION PARENTALE (à remplir par le représentant légal)

Je soussigné(e) Mme – M. : (père, mère, tuteur légal),
autorise ma fille – mon fils :
à participer à la Coupe du Sud Minh Long le 29 novembre 2015 à ST HERBLAIN.
J'autorise les organisateurs à faire évacuer mon enfant sur le service hospitalier adéquat et par les services
de secours agréés si cela s'avérait nécessaire.

Fait à : Le : / /

SIGNATURE DU REPRESENTANT LEGAL :

AUTORISATION PARENTALE (à remplir par le représentant légal)

Je soussigné(e) Mme – M. : (père, mère, tuteur légal),
autorise ma fille – mon fils :
à participer à la Coupe du Sud Minh Long le 29 novembre 2015 à ST HERBLAIN.
J'autorise les organisateurs à faire évacuer mon enfant sur le service hospitalier adéquat et par les services
de secours agréés si cela s'avérait nécessaire.

Fait à : Le : / /

SIGNATURE DU REPRESENTANT LEGAL :





MINH LONG FRANCE

Siège administratif – Secrétariat : 9, Rue de Verdun – 86100 - CHATELLERAULT
Mail: minhlongfrance@yahoo.fr

COUPE DU SUD MINH LONG – OPEN DE ST HERBLAIN 29 Novembre 2015

Accès à l'Espace Sportif du Vigneau :

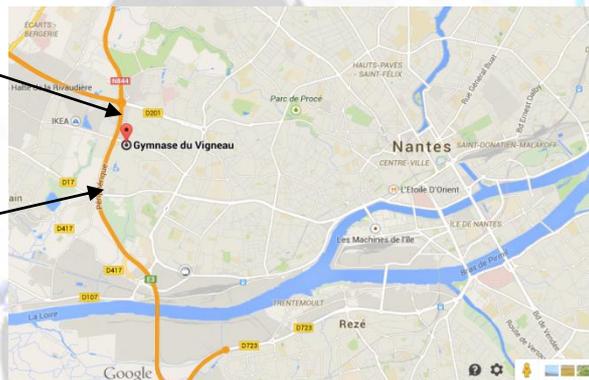
Suivre le lien internet suivant :

"espace+sportif+du+vigneau+saint+herblain/@47.2185855,1.6892353,2z/data=!3m1!4b1!4m8!4m7!1m0!1m5!1m1!1s0x4805ec95cabf6f3b:0xc9952268b803df5f!2m2!1d-1.620569!2d47.218606">https://www.google.fr/maps/dir/"/"espace+sportif+du+vigneau+saint+herblain/@47.2185855,1.6892353,2z/data=!3m1!4b1!4m8!4m7!1m0!1m5!1m1!1s0x4805ec95cabf6f3b:0xc9952268b803df5f!2m2!1d-1.620569!2d47.218606

Depuis le périphérique de NANTES (N 844) :

- **Si vous arrivez du NORD**, prendre la sortie n°31 **PORTE DE SAINT HERBLAIN**, au rond-point, prendre à droite et suivre la direction de l'Espace Sportif pour longer le périphérique sur la Route du Vigneau. Prendre à droite le Boulevard Salvador Allende et passer au-dessus du périphérique, l'Espace sportif se trouvera sur votre droite.

- **Si vous arrivez du SUD**, prendre la sortie n° 32 **PORTE D'ATLANTIS**, vous arrivez tout de suite sur le Boulevard Salvador Allende au niveau de l'Espace Sportif.



Depuis la Gare SNCF :

- **Si vous arrivez de la Gare NORD**, prendre la sortie, le TRAM est en FACE, LIGNE 1 François MITTERRAND. Descendre à l'arrêt « FRACHON », c'est le Vigneau.

- **Si vous arrivez de la Gare SUD**, prendre la sortie Nord.

Coordonnées des hôtels les plus proches :

Suivre le lien internet suivant :

<https://www.google.fr/#newwindow=1&q=h%C3%B4tel+proche+espace+sportif+du+vigneau+saint+herblain>



COUPE DU SUD

DIMANCHE 29 NOVEMBRE DE 8H À 20H

COMPÉTITION TECHNIQUE ET COMBAT

OUVERT À TOUS LES ARTS MARTIAUX VIETNAMIENS



ESPACE SPORTIF DU VIGNEAU
BD SALVADOR ALLENDE
44800 SAINT HERBLAIN

ENTRÉE LIBRE

- QUYEN (ENCHAINEMENTS à MAINS NUES)
- BINH KHI (LEÇONS D'ARMES)
- SONG LUYEN (ENCHAINEMENTS DE COMBAT PAR ÉQUIPE DE 2 à 4 PERSONNES)
- CHALLENGE (ARMES TRADITIONELLES)
- SONG DAU (COMBAT SOUPLE EN SEMI CONTACT)

ORGANISATION ET RENSEIGNEMENTS : WWW.MINHLONG.FR

SAINT
HERBLAIN



www.minhlong.fr

*L'esprit Minh Long
Toujours de l'avant*



Arts Martiaux
Vietnamiens

F.F. KARATÉ
et disciplines associées