

... ARTS MARTIAUX

Kung Fu façon Poitou



L'association Kung Fu Poitou veut faire connaître cet art martial chinois très complet.

© Claire Marquis

L'association Kung Fu Poitou est née en avril 2018, portée par la volonté de quelques passionnés de faire connaître la culture de cet art martial chinois. « *Le Kung Fu est une discipline très complète : martiale, elle améliore la souplesse, la concentration, la coordination musculaire, la motricité... tout en faisant travailler la respiration et la mémorisation* », énumère Laurent Populaire, le formateur.

Les adhérents, dont neuf enfants qui avaient découvert la discipline lors d'activités périscolaires, pratiquent à Sèvres-Anxaumont et à Poitiers. Guillemette, élève pour la deuxième année, apprécie de « *tout oublier* » pendant un cours et vante la diversité offerte par cet art martial : bâton, sabre, coups de pied, self défense et enchaînements « *très esthétiques* ». Les cours sont différents d'une fois sur l'autre, avec une constante : l'enthousiasme des élèves.

Cours à Sèvres-Anxaumont :
jeudi 19h-20h et dimanche 11h-12h30