

# KYUDO

la Voie de l'Arc

Association Languedocienne de Kyudo  
06 35 11 69 24 - kyudo.alk@me.com - [www.kyudo-montpellier.fr](http://www.kyudo-montpellier.fr)



## Kyudo, la Voie de l'Arc

L'Association Languedocienne de Kyudo est affiliée aux Fédérations : française, FFJDA/CN Kyudo et japonaise, IKYF.

La cotisation annuelle est de : 230 € - tarif réduit : 150 €. Elle comprend le prêt du matériel (arc, gant et flèches), les entraînements deux fois par semaine en gymnase, un entraînement en extérieur et quatre stages fédéraux de deux jours organisés par l'ALK à Montpellier. Le KYUDO s'adresse à tous, hommes et femmes, des adolescents jusqu'aux seniors.

### Journées et cours d'initiation :

Pour avoir un aperçu de cet art martial traditionnel japonais, nous organisons chaque année, deux journées d'initiation, les dates sont indiquées sur le site :

[www.kyudo-montpellier.fr](http://www.kyudo-montpellier.fr)

adresse des stages : Gymnase du collège de l'Assomption  
276, rue de la Portalière des Masques - 34000 Montpellier  
Tram 1 : stade Philipidès, bus : lignes 6 - 7 - 10

Tenue confortable (pantalon de jogging et tee-shirt) et chaussettes épaisses.

### Objet des stages d'initiation :

Ces stages ont pour but de faire découvrir la pratique du kyudo, ses valeurs, ses origines, sa gestuelle et son matériel.

### Déroulement des stages d'initiation :

- 9h00 à 9h30 : inscriptions
- tir de cérémonie, début de la journée
- origine de la pratique et ses valeurs
- présentation du matériel (arc, gant, flèches)
- apprentissage de la gestuelle
- apprentissage de la tenue de l'arc
- 12h30 à 13h30 : Pause déjeuner (repas tiré du sac)
- 13h30 : reprise de l'initiation
- exercices de lâcher avec le gant de kyudo
- exercices d'ouverture de l'arc et tirs accompagnés
- 15h00 à 16h00 : tir de cérémonie et clôture de la journée.

L'enseignement est gratuit selon l'éthique du kyudo.

Les inscriptions aux journées d'initiation se font par internet, sur le site de l'ALK : [www.kyudo-montpellier.fr](http://www.kyudo-montpellier.fr)

Renseignements par mail : [kyudo.alk@me.com](mailto:kyudo.alk@me.com)

Vous pouvez assister aux entraînements tout au long de l'année.

