

Accueil » Sports » Autres sports

## Bessières et sa région

ACTU

PRATIQUE

SPORTS

LOISIRS

« Haute-Garonne

PUBLIÉ LE 23/09/2011 08:16 | LA DÉPÊCHE DU MIDI

# Bessières. Le "Shorinji Kempo" un art martial méconnu...

ZOOM



Un nouvel art martial qui apprend les parades en cas d'attaque.

Il est basée sur trois principes élémentaires : l'autodéfense, développant ainsi la confiance en ses capacités physiques ; l'exercice mental par le développement spirituel avec une philosophie adaptée, invitant le pratiquant à maîtriser ses émotions et enfin une meilleure santé.

### Moyens naturels

Techniquement c'est art s'appuie sur les moyens naturels : percussions, pressions, déséquilibre, projection mais surtout sur une bonne connaissance des points faibles du corps humain. Le Goho fait appel aux coups de pieds, de poing et aux parades pour se défendre d'une attaque. Le Juho regroupe l'ensemble des techniques utilisées sur une saisie. Il permet d'envisager des dégagements ou des projections de l'adversaire, ainsi que des immobilisations, des luxations ou des torsions d'articulations. Enfin le Seiho est un système de manipulation de certains points de pression du corps humain qui permet une remise en forme après l'effort de l'entraînement. Cette pratique est sans compétition, seulement le respect mutuel est exigé. Retrouvez les, sous la halle le samedi de 14h à 15h pour les enfants et le mardi de 20h 30 à 22h 30 pour les adultes dans une ambiance sympathique, conviviale et sérieuse. Le Club est affilié à la fédération française de Shorinji Kempo.

Contact au 05.62.22.89.68 ou auprès du président Philippe Vallery au 05.63.24.21.29/06.60.25.18.08.

Une nouvelle association sportive s'est installée dans notre commune. Les démonstrations effectuées lors du forum des associations ont attiré et impressionné le public. Le club de Shorinji Kempo propose l'enseignement d'un art martial traditionnel, venu du Japon, résolument différent des arts martiaux plus connus.

31 0

Partager

### Tourné vers l'homme

Il s'agit d'une vraie méthode d'entraînement tournée vers «l'homme» dans le but d'apprendre le contrôle de soi, l'équilibre physique et mental ainsi que le développement mutuel tout au long de



### MULTIVITAMINEZ VOTRE COMMUNICATION

Votre publicité ciblée dans l'actualité locale, ici, toute l'année. Avec O2PUB régie Média Groupe Dépêche [cliquez ici](#), envoyez une demande de devis

### AUJOURD'HUI À LA UNE



### Toulouse. Encore un étudiant tué d'un coup de couteau en pleine rue

Les drames se suivent et se ressemblent à Toulouse. Un étudiant âgé de 21 ans, Gilles...



### Belcastel. Elle boit du soda et finit à l'hôpital

Il est environ 22 heures ce vendredi soir à Belcastel lorsque les sapeurs-pompiers de Rignac sont...



### Maubec. Un mort et un blessé grave dans le crash de l'ULM

Un accident d'ultra-léger motorisé s'est terminé de façon tragique hier en début...

Chaum. Le cadavre garde tout son mystère

Rugby XV. Elissalde: histoire d'un dernier petit tour...

Jean-Pierre Bel : socialiste et Ariégeois, c'est le nouvel homme fort du Sénat

Polémique. Liliane Bettencourt annonce "la guerre nucléaire" contre sa fille!

Sandy, Miss 31: «Je vis un rêve éveillé»

Les cours de nu se dévoilent en cité uvale

Top 14. Toulouse premier de la classe



### LES ANNONCES DE BESSIÈRES



Vente Terrains  
**79000 €**



Vente Maisons / Villas  
**79000 €**



Vente Maisons / Villas  
**160551 €**



PEUGEOT PARTNER FGN  
**14000 €**



### Groupon

Pourquoi continuer de payer le prix fort ? Testez Groupon  
[» Cliquez ici](#)



### Loi Scellier 2011

Investissez à Toulouse dans le neuf et bénéficiez des avantages du dispositif Scellier 32%.  
[» Cliquez ici](#)



### Plus de 3 000€ d'impôts ?

Vous payez plus de 3 000 € d'impôt en 2011 ? Investissez dans l'immobilier locatif  
[» Cliquez ici](#)



### Billets d'avion LOW COST

Toutes les compagnies low cost en une seule recherche: trouvez le meilleur prix pour vos vols  
[» Cliquez ici](#)

Publicité Ligatus

### RÉAGISSEZ

#### MODE D'EMPLOI

1. Remplir correctement les cases ci-dessous.
2. Validez le mail de confirmation envoyé dans votre boîte mail.

Titre : Votre message : 

Sous le charme des supportrices 22 photos



Les plus belles photos du National Geographic