



Edition

Spécial Hourtin

Stage national d'Arts Martiaux
Pluri-disciplinaires (animés par des experts bénévoles)

DU 10 AU 13 MAI 2018

« Merci à tous les pratiquants
de nous avoir fait confiance et
de nous avoir apporté une jou-
vence ressourçant et tellement
familiale durant ces 4 jours »

« stage toujours sympa avec
pleins d'émotions et de
bonnes connaissances aux
seins des différents ateliers
proposés »



Dans ce numéro

Edito	2
Retour en images	2
Les ateliers	3
Témoignage	3
Les intervenants.....	4
Portrait	5
Passage de grade	5
Bonus Miam-Miam	6
Shopping.....	6
Projets.....	7





EDITO par Maître ANDRE

TIN TUC NT HOA KIM

LONG a pris naissance sur un fond de Facebook Messenger lors d'échanges d'impressions, de ressentis relatifs à notre grand rassemblement traditionnel annuel de 2018. Une idée extraite de la carapace de notre tortue géniale !!! Les grands évènements ont une histoire.

La naissance de notre école en a une : l'emblème, l'écusson que vous portez fièrement sur votre vo phuc en a une.

Certains d'entre vous ont eu l'occasion de découvrir lors de ce stage et autour d'un bar, un verre à la main l'anecdote qui caractérise l'emblème de notre école que j'ai eu loisir de conter.

Regardez notre écusson !

Un fond qui n'est qu'une réplique de l'ancien écusson de la FFVVD, le nom de l'école y est aussi inscrit et 4 lettres qui en disent long. Ces 4 lettres représentent les 4 éléments :



La terre,
le feu,
l'air et
l'eau qui

ne forment qu'un et sont indissociables. Nous aurions pu remplacer ces 4 lettres par F(ouad), R(émi), T(hierry), A(ndré) mais qui n'auraient pas eu ce côté asie, martial. Mais le constat est là !!! Le F(eu) ne serait-il pas à l'image de F(ouad), la R(ivière ou l'eau) de R(émi), la T(erre) de T(hierry) et l'A(ir) d'A(ndré) ? Notre amitié et passion ne nous rendent-ils pas indissociables

TIN TUC NT HOA KIM LONG est le début d'une série qui nous animera et vivifiera tous !

« Kim Long un jour, Kim Long toujours »

Bonne lecture

« LA VOIE : ETRE FORT POUR ETRE UTILE. »

Journée à la plage

Belle journée d'entraînement sur la grande plage d'Hourtin.

Entraînement et détente étaient aux programmes de cette après midi .

Apolline (voir photo) nous a tous éblouie par sa grande souplesse .

Elle reviendra l'année prochaine pour nous proposer un enchaînement de dix coups de pieds. Le pari est tenu.

On l'attend de pied ferme

La journée se termine comme à son habitude par des séries de coups de pieds sautés façon Bollywood sous la direction de Me Rémi

Entre Gymnase et Espace Vert

L'entraînement s'est déroulé aussi bien à l'extérieur dans le parc du Village Vacances -Les Brigandins que dans le gymnase suite à une météo pluvieuse

Retour en images





Jérémy (de dos) face à Joël ou la rencontre de la jeunesse avec l'âge mûre

Les différents ateliers



Témoignages recueillis sur facebook

"Comme chaque année le stage d'Hourtin est un rendez-vous à ne pas manquer.

Toujours du partage, des découvertes notamment d'autres styles comme le Toreikan Budo, Chuong Quan Khi Do et autres techniques, avec la Self, Art traditionnel, armes, points vitaux." - Audrey

"Merci à tous car c'est toujours un plaisir de se retrouver avec la bonne ambiance" - Geoffroy.

"Je remercie tout le monde que ce soit les pratiquants, instructeurs de ce stage toujours sympa avec pleins d'émotion et de bonnes connaissances aux seins des différents ateliers proposés" - Aurélien

"Merci à tous nos maîtres et instructeurs. Vous formez une belle équipe, une vraie famille" - Manuel

Portrait : Audrey & Cédric

Elle : tieu cuộc

Lui : Hihhi Bloqué

Elle : ah tu veux une séance ?

Lui : séance de ?

Elle : ben de kiné !!!

Lui : euhoui oui oui je te ferai goûter mon rhum à arrangertogether

Ainsi a débuté une belle histoire d'amour.

Nous en avons connu mais celle ci est particulière. Elle est ponctuée de rhum arrangé, de rires exclafants (néologisme pour Audrey) .

Après 4 ans pour Elle et 5 ans pour Lui, passés au sein de l'école

Robin Crusocé et sa dulcinée s'en vont vers d'autres cieux. LA REUNION Une joie et une tristesse remplissent nos verres.

De tout cœur nous sommes avec vous pour cette belle aventure !

À vivement dans 2 ans, pour leur retour à Hourtin...



Que ce soit en plein air ou dans un gymnase, les enfants s'entraînent toujours avec plaisir et sous bonne protection

Les Interve- nants



Me Thierry du Club
de Grosly



Me Rémi du Club de
La Gaude (O6)



Mickael du
Chuong Quan Khi Do
Buxerolles



Claude et David du
Toreikan Budo



Technique du Bâton court par Me Thierry—Grosly



Thierry expert en bâton court

Quyên Lon Gian par Me Rémi - La GAUDE (Nice)



Chuong Quan Khi Do par Mickaël de l'école Buxerolles



Toreikan Budo par Claude et David



La Sophrologie par Véronique—La Salvetat

Que serait Le Rassemblement d'Hourtin sans les séances de Sophrologie de Véro

Alors Véro, la Sophrologie c'est quoi ?

La sophrologie est une technique psycho-corporelle qui induit un état de conscience propice à la détente et à l'apprentissage de nouveaux comportements. C'est une méthode qui permet notamment de développer nos capacités personnelles et d'améliorer ainsi notre existence quotidienne.

Elle vise la conquête et le renfort de l'équilibre entre notre corporalité, nos émotions, nos pensées et nos comportements. Plus qu'une technique, elle est une démarche, une manière d'Être...

Portrait

Véronique Jubault



Titulaire du

Diplôme d'instructeur fédéral FFKDA, de la formation commune générale du BEES1, sophrologue.

Responsable de la section Body-viet, Sophrologie, Taï Chi Chuan et Baby-Viet

« SOPHROLOGIE provient du grec ancien, **sos** (HARMONIE), **phren** (CONSCIENCE) et **logos** (ETUDE) »

Passage de Grades

Passage obligatoire de nos prétendants Ceinture Noire

Le rassemblement annuel d'Hourtin est aussi le moment où les élèves prétendant à la CN ou à la CB, présentent leurs travaux devant les maîtres de l'école NT HOA KIM LONG, avant l'examen fédérale finale. Dernière ligne droite pour l'obtention de la CN.

Cette année sept candidats se sont présentés :

Elodie, Carla, Valentin, Lucas, Manu et Didier, les Toulousains et Adrien de Nice pour la CB.

Résultat:

Six nouveau CN pour le club de La Salvetat et Adrien a gagné sa CB pour le club de La Gaude

Un grand Bravo à tous les sept.

Ils ne leur restent plus que la dernière étape, se présenter à ligue fédérale de FFKAMV pour valider leur CN.

On leurs souhaite à tous un bon passage.



Carla, Elodie, Valentin, Lucas, Manu, Didier et Adrien

Les heureux élus encadrés par les maîtres de l'école: André, Rémi, Thierry, Fouad et Hacene

Coups de coeur

TIRAMISU façon ELODIE

Coups de Coeur est un endroit où on y verra notre coup de Coeur du moment. Que ce soit une actu, un film, un livre, une recette, une question ... Bref tout ce qu'on voudra selon l'humeur.

Pour ce 1er N° Spécial, c'est le Tiramisu au Speculos d'Elodie qui a ravi notre palais lors du dernier stage à Toulouse.

TIRAMISU façon Elodie



Pour environ 10 personnes (oui car ici quand on fait un plat on fait pour tout le monde)

Ingédients

-500g mascarpone— 100gr de Speculos— 400gr Biscuit à la cuillère
-3 oeufs - De la poudre de cacao 100% - Du cage— Un peu de sucre

Préparation

- 1 Mélanger mascarpone, jaune d'œufs et sucre dans 1 premier temps.
- 2 Monter les blancs en neige et tu ajoute à la préparation. Mets de côté au frais.
- 3 Préparer le café.
- 4 Faire des miettes des biscuits speculos.
- 5 Ajouter peu de café au miettes pour réaliser comme un fond de tarte au speculos dans le plat de dessert.
- 6 Ensuite tu passe au montage du dessert; dessus le fond speculos une couche de crème, ensuite recouvrir avec une couche des biscuits a la cuillère qui sont trempés juste d'un rapide aller/retour dans le café (si bou-doirs faire l'aller retour plus lentement).
- Réitérer les couches jusqu'à épaissement d'un des ingrédients en terminant par une couche de crème.
- 7 Laisser reposer 24h idéalement. (12h bien déjà).
- 8 - Au dernier moment soupoudrer de cacao puis servir.

CONTACTS

Me André DESSAULT
adesault@gmail.com

Me Fouad Hussein
asamv@aliceadsl.fr

Me Thierry MANGEL
mangel95410@free.fr

Me Rémi BERTRAND
vietvodaopaca@hotmail.fr

Le Shopping



VIET VO DAO
ECCOLE N.T. HOA KIM LONG



木
水
金
火
土

L'école NTHOA KIM LONG au fil des années s'est dotée des équipements portant le nom de l'école : Sac personnalisable (petit et grand), tee shirt, survêtement, casquettes, vestes, kimonos

Ces vêtements font la fierté de notre école, et c'est aussi un formidable outils de communications lors de vos déplacements en compétition, stages ou même dans vos déplacements privés.
C'est le meilleurs moyens visuels de faire connaître notre école.

Pour info : les kimonos 350 gr brodés et personnalisés négociés à un prix défiant toute concurrence.
Vêtements et équipement à commander auprès de vos représentant d'école



NOS PROJETS

VISION &THIQUE

<http://www.vision-ethique.com>

Tourisme responsable et solidaire :
notre éthique.

Le tourisme responsable et solidaire :
une expérience mêlant rencontres,
culture et authenticité.

Vision Ethique s'adresse à tous ceux
qui souhaitent donner du sens à leurs
vacances en gardant une part d'im-
prévu. Pour cela nous allons à la
découverte et à la rencontre des
acteurs locaux (voyagistes, associa-
tions locales, projets novateurs,
ONG) depuis plus de 10 ans.

Nos voyages sont reconnus pour leur
logistique, leur aspect immersif et
leur implication dans les projets
d'aide au développe-
ment (environnement, agriculture,
éducation, artisanat)

Vision Ethique, à l'écoute de vos
envies, vous conseille dans l'organisa-
tion de vos voyages individuels ou en
petit groupe, de 14 personnes maxi-
mum.

VOYAGE au VIETNAM



Comme nous vous l'avions annoncé nous allons
organiser un voyage au vietnam en avril 2019
(vacances de paques - durée du séjour entre
10 et 15 jours)

Séjour pour 15 pers

Des vacances au Vietnam, dans ce pays qui s'étire comme un dragon et qui
serait celui des « enfants du dragon et de la fée ». Entre mer et montagnes du
Nord Vietnam, irrigué au Sud par le Mékong, « la mère des eaux », c'est une
multitude de paysages dessinés au fil des temps, une mosaïque de modes de
vie et de traditions à découvrir.

À travers les techniques de défense et d'attaque que nous pratiquons et dont
les noms ont une résonance vietnamienne, nous nous transportons dans une
culture où l'éventail, le vo phuc, le Toï son, les quyens, les armes.... n'en sont
qu'une infime partie. Les délices culinaires, le Têt sont d'autres sensibilités qui
nous permettent aussi entre amis, entre pratiquants de partager un instant
culturel mais l'authenticité est au pays du dragons. Aujourd'hui une vision
ethnique s'offre à nous à l'horizon 2019 !!!! Les entrailles du Dragon nous
sont ouvertes15 élus découvriront l'authenticité d'un pays d'une grande
beauté, soyez des nôtres.

Tarif en attente de confirmation :

