

FESTIVAL 6 & 7 DECEMBRE 2025 MONTPELLIER DES ARTS CORÉENS



ENTRÉE 2€
au profit du Téléthon

STAGES
découverte
ouverts à tous

GYMNASE GEORGES FRÈCHE

245 rue le Titien, Montpellier

☎ 06 89 07 33 13 ✉ mtkd34@free.fr



ACTIVITES

LEGENDE		Accessible à tous, même non pratiquants – Stage découverte facile	
		Accessible aux sportifs light, même non pratiquants – Stage un peu plus technique	
		Pour les pratiquants de l'activité citée – Stage spécialisé	
	(5)	Numéro du stage	

BODY TAE KWON DO		
Intervenant : M. Rizzi Stefano		
Le Kick'n form est une méthode d'échauffement et de fitness. Stefano est un excellent animateur qui mettra le feu de début de journée pour un démarrage en forme.		

TAE KWON DO

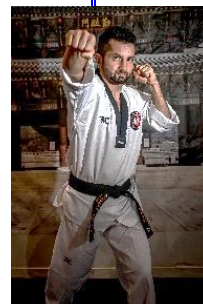
TECHNIQUE (Poom See)



Intervenant : M. Lee Won Sik

Expert de très haut niveau, 9° Dan, maître Lee Won Sik vous fera partager sa passion du Taekwondo technique. Un beau programme progressif vous sera proposé. Ce stage sera très intéressant pour ceux qui préparent des grades ou de la compétition technique.

COMBAT WT



Intervenant : M. Damiano Mathieu

Champion du MONDE en Kick Boxing et membre de l'équipe de France de TKD, Mathieu vous fera découvrir avec pédagogie la version WT (Olympique) du Taekwondo ainsi que la version pieds/poing du TKD. Prévoir un plastron et des gants si possible.

TKD IMPACT

KI MUYE HAEDONG KUMDO

Intervenant : Maître Yu Rea Hyoung

HAEDONG KUMDO (Sabre Coréen)



Intervenant : M. Yu Rea Hyoung

Le sabre coréen est une méthode de sabre très dynamique. Le travail est à la fois très technique et ludique. Il s'adapte à tous les publics. Vous apprécierez la gentillesse et la bonne humeur de Me Yu tout en développant des techniques précises.

HAWALSOGI (Tir à l'arc)



Intervenant : M. Yu Rea Hyoung

Une initiation à l'arc Coréen sera proposée pendant le festival. Le nombre de places sera limités pour des raisons pédagogiques et de sécurité. **Sont prioritaires les personnes qui font tout le WE. 15 euros en plus du forfait. Inscriptions sur place.**

LES ARTS MARTIAUX TRADITIONNELS

SONMUDO (Yoga Coréen-zen)



Intervenant : Maître Franck Delevallez

Le Sonmudo est un art martial zen. On y travaille des postures, des exercices respiratoires et de concentration, ainsi que des mouvements, généralement lents mais qui peuvent s'avérer redoutablement efficaces. Le travail de la souplesse, la concentration sont au centre des exercices proposés.

HAPKIMUDO (Self-défense martiale)



Intervenant : Maître Lee Kang Jong

L'Hapkimudo est une méthode de self-défense coréenne enseignée par maître Lee Kang Jong, expert impressionnant de vitesse et de précision. Vous y aborderez un très large panel de techniques. C'est un art complet avec percussions, clefs et projections. Les stages sont dynamiques et ouverts à tous.

TAEKKYON (Fluidité, puissance et traditions)



Intervenant : Maître Guillaume Pinot

Le TK est un art martial coréen ancestral, reconnu comme patrimoine culturel immatériel de l'humanité par l'UNESCO. C'est une discipline fluide et explosive, pratiquée principalement comme un sport de compétition. Son histoire remonte à plusieurs siècles. En Corée du Sud, il est considéré comme un trésor culturel et un sport national

Adresse des stages



Gymnase Georges Frêche

Quartier Odysseum

245 rue le titien - Montpellier

PARTENAIRES

Léo Lagrange



Mairie de Montpellier



**Comité Départemental de TKD
Hérault**



LES PLUS

Repas coréen

Samedi et dimanche midi nous proposons 2 repas coréens.

Réservation OBLIGATOIRE



HANBOK

Venez essayer des tenues traditionnelles coréennes devant un décor de temple



STANDS MATERIEL

Vous retrouverez un stand de matériel à l'occasion du festival. et M. Philippe Le Bohec qui présente des armes en bois.



Massages

L'école des Kiné de Montpellier proposerons des massages pendant le we.



Expo photo

De très belles photos sur la Corée pour vous donner envie de visiter



Tenues traditionnelles

Des robes et des tenues de soldat pour faire de belles photos



REPAS COREEN (Midi)

Repas du samedi midi

15 Euros

A l'heure où nous diffusons ce programme nous ne connaissons pas les plats qui seront choisis.



Repas du dimanche midi

15 Euros

A l'heure où nous diffusons ce programme nous ne connaissons pas les plats qui seront choisis.



LIEU DES REPAS du MID

Gymnase Georges Frêche
Rue le Titien - Montpellier



SOIREE et REPAS CONVIVIAL



Un grand moment de convivialité autour d'un repas commun. Rencontres, discussions, musique, danse, etc. **CHACUN APPORTE QUELQUE CHOSE A BOIRE ET A MANGER** (des trucs sympas, à découvrir) on **PARTAGE TOUT** pendant une soirée conviviale. C'est gratuit pour les participants aux stages



FESTIVAL DES ARTS COREENS DES ENFANTS

4 à 10 ans



SAMEDI 6 DECEMBRE 2025
15H00-17H30

GYMNASE GEORGES FRÊCHE
245 RUE LE TITIEN - MONTPELLIER

PARTICIPATION 10 EUROS
ENTRÉE PARENTS : 2 EUROS (POUR LE TÉLÉTHON)

FESTIVAL DES ARTS COREENS

SAMEDI 6 DECEMBRE 2025

Horaires	Choix		
8h00 à 9h00	Accueil - Café - Petit déj' - Inscriptions		
9h00 à 9h30	BODY TAE KWON DO - Corinne - Hiromi		Echauffement pour tous
9h30 à 9h45	PAUSE		
9h45 à 10h45	Haedong Kumdo-1	Sonmudo -2	TKD-Technique -3
	PAUSE		
11h00 à 12h00	TKD impact -4	Taekyon -5	Hapkimudo -6
12h00 à 14h30	REPAS COREEN (Pré inscription obligatoire)		
14h30 à 16h00	Taekkyon -7	Haedong Kumdo -8	Sonmudo -9
	PAUSE		
16h15 à 17h45	Hapkimudo -10	TKD Technique -11	TKD impact -12
	PAUSE - APERO post STAGE		
19h00 à ...h00	Soirée et REPAS Partagé (chacun apporte à boire et à manger pour partager)		

FESTIVAL DES ARTS COREENS

DIMANCHE 7 DECEMBRE 2025

Horaires	Choix		
8h30 à 9h00	Accueil - Café - Petit déj' - Inscriptions		
9h00 à 12h00	MASTER CLASS -13 Tous les arts, tous les intervenants pendant 3 heures		
12h00 à 14h00	REPAS COREEN (Pré inscription obligatoire - Buvette)		
14h00 à 15h15	Hapkimudo -14	Haedong Kumdo -15	Taekkyon -16
	PAUSE		
15h30 à 16h45	TKD Impact -17	TKD technique -18	Sonmudo -19
17h00	Cloture-Rangement-départs		



ACTIVITES CULTURELLES

Les expos photos, jeux de société sur la Corée, tenues traditionnelles, tenues de soldats (nouvelles tenues) et autres animations culturelles se dérouleront tout au long du séminaire