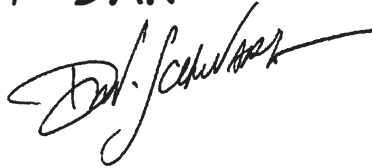


DAN SCHWARZ
7^E DAN



A ÉTÉ...

- FONDATEUR DU SHAOLIN TAO
- DIRECTEUR TECHNIQUE NATIONAL F.F.K.F.W.;
- OBTENU LE TROPHÉE DU MEILLEUR COMBATTANT
STYLISTE AUX CHAMPIONNATS DU MONDE;
- VICE-CHAMPION DU MONDE PAR ÉQUIPE;
- 3^E AUX CHAMPIONNATS DU MONDE DE TAÏWAN (1983);
- ENTRAÎNEUR ET CAPITAINE DE L'ÉQUIPE DE FRANCE;
- PRÉSIDENT DE LA FÉDÉRATION DE KUNG-FU WUSHU;
- PRÉSIDENT DU CNKW.

IL EST AUJOURD'HUI...

- MEMBRE DE LA COMMISSION NATIONALE
DE WUSHU AU SEIN DE LA FFKDA



丹史瓦兹

Les jeunes sont de plus en plus attirés par l'art martial chinois qu'est le kung-fu wushu.

L'origine du kung-fu est liée au temple Shaolin, un temple sacré pour tous les pratiquants du wushu, situé dans la province chinoise du He Nan, au nord ouest de Shanghai.

Au début, le Shaolin Kuen était constitué de cinq techniques de base : dragon, tigre, grue, panthère, serpent. Le Shaolin représente l'ensemble des styles du kung-fu wushu.

Les grands styles sont : Hung Gar, Choy Lay Fut, wing chun, Tang Lang, chang chuan.



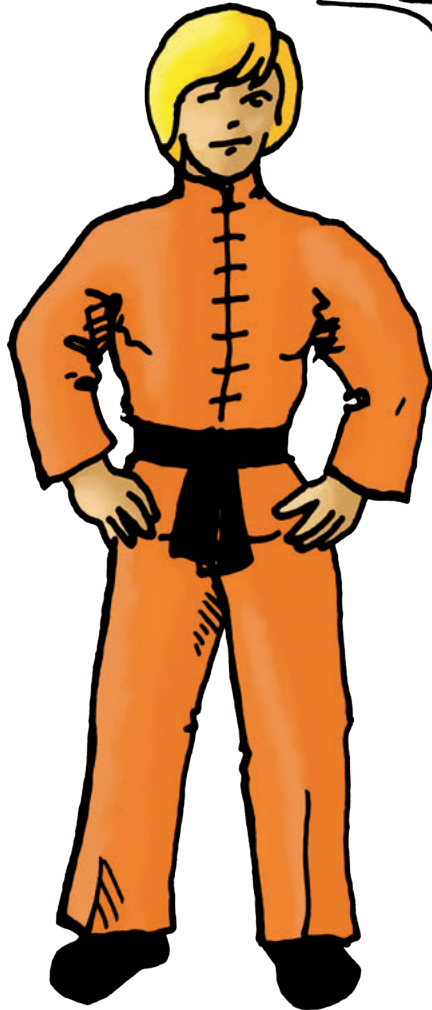
Beaucoup trouvent que les noms chinois des techniques sont difficiles à retenir. d'autant plus qu'il existe plusieurs façons de transcrire les mots chinois et que la forme officielle, le pinyin, ne se prononce pas comme il se lit en français.

Aussi c'est à eux que s'adresse ce livre, qui est un ouvrage moins technique que visuel. Sa forme en BD avec des dessins et des textes dans les bulles, permet une lecture facile et rapide.

Cela les aidera aussi à assimiler facilement ces nombreuses techniques, qui sont la richesse du kung-fu Wushu, dont la connaissance fera d'eux des pratiquants insuffisamment complets pour devenir un jour, pourquoi pas, un sifu, c'est-à-dire un maître...

KUNG-FU (功夫): HOMME PERSÉVÉRANT.

WUSHU (武術): ART MARTIAL.



MES AMIS,
LA GRANDE AVENTURE
COMMENCE!
VOICI LE MOMENT DE FAIRE
NOS PREMIERS PAS.

功夫 武術
KUNG FU WU SHU

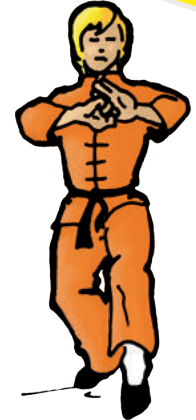
CHING LI (JING LI) LE SALUT TRADITIONNEL

敬禮

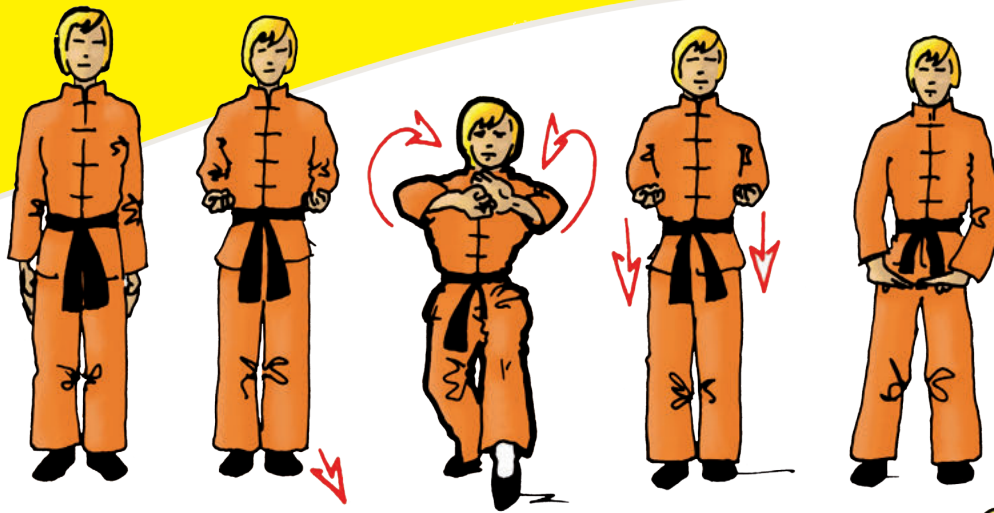
LE SALUT EST
TRÈS IMPORTANT
EN KUNG-FU...

J'AVANCE
EN POSITION
XUBU
(VOIR PAGE 11).

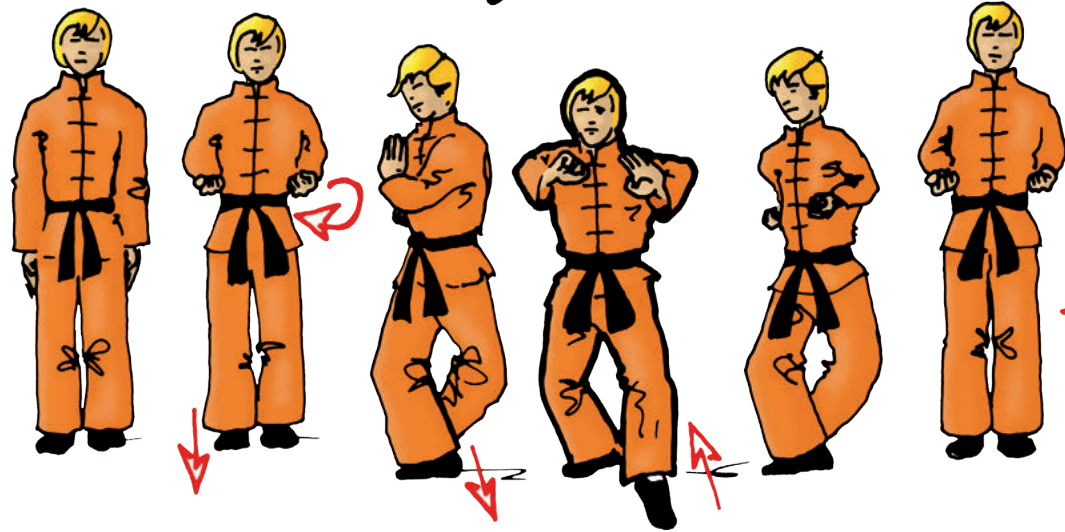
ET JE SALUE
CHING LI MAIN GAUCHE
OUVERTE, SIGNE D'AMITIÉ,
MAIN DROITE FERMÉE,
SIGNE D'ÉNERGIE.



CHING LI (敬禮): SALUER

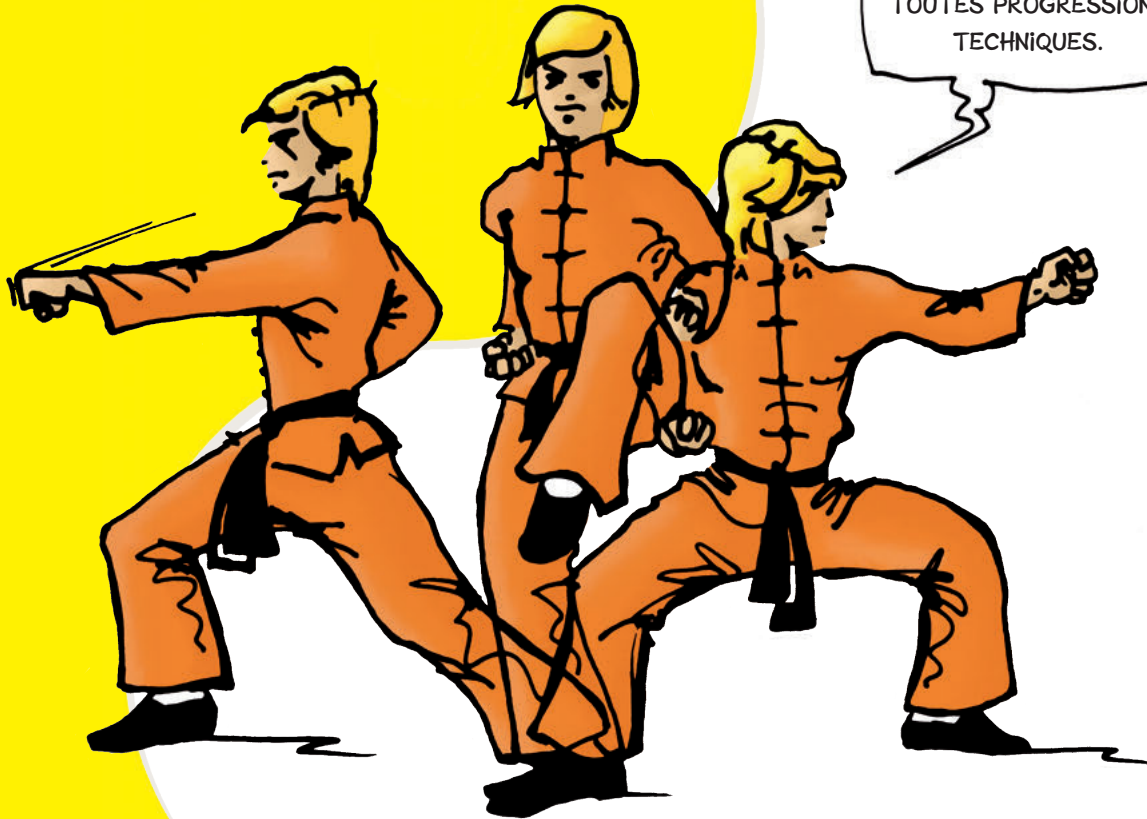


← PREMIÈRE FORME



← SECONDE FORME

LES POSITIONS DE BASE



LES POSITIONS
SONT LA BASE DE
TOUTES PROGRESSIONS
TECHNIQUES.