Guide Pratique des Arts Martiaux Chinois

2023 - 2024

Sommaire

Le mot du président 03

Règlement intérieur 04

Cheminer avec l'École 05

Pratiquer le Wushu-santé 06

Les disciplines se dévoilent 07

Intégrer les cours de l'École 08

Approfondir l'étude du Wushu-Santé 11

Master-class des enseignants 14

Organisation de l'enseignement 16

Les professeurs 17

L'équipe enseignante élargie 18

Village d'été 19

Le mot du président

« On nous demande souvent : « pourquoi pratiquer le Wushu ? »

La pratique du Wushu améliore l'équilibre, la souplesse, l'endurance, la force, la mémoire, le souffle … et c'est vrai mais ça n'est qu'une facette de la pratique …

Le Wushu entretient nos capacités et notre santé. Nos corps structurés par la pratique rigoureuse que l'on trouve à l'école Wushu Brest, nous font gagner en enracinement, en stabilité. Et grâce à cette stabilité en particulier dans ce monde en changement, nous pouvons nous tourner vers l'autre avec calme et sérénité afin de partager. C'est aussi vrai mais encore parcellaire …

Un sentiment de confiance en nous se construit grâce au Wushu. La nécessité d'être dans l'instant et à sa place lors de nos pratiques éloigne la peur, les soucis et installe en nous des mécanismes d'apaisements (par la respiration, la perception de tension, de relâchement, l'écoute de nos corps …). Nos états de corps en fin de séance, avec des cœurs forts et grand ouverts, nous permettent une verticalité naturelle et authentique. Nos actes, nos paroles et nos pensées sont en accord.

La combinaison de stabilité et verticalité facilite un quotidien heureux et épanouissant, riche de rencontres sincères et nourrissantes. Les liens ainsi tissés dans le groupe ont du sens et l'étoffe ainsi construite est solide et capable d'adaptation en cohérence.

En réalité, tous ces arguments sont valables et pour les vivre quotidiennement, je les tiens pour vrais. Mais ce ne sont que des paroles… Factuellement, chacun, avec ses objectifs et ses capacités, peut se développer au sein de groupes de travail accueillants et bienveillants de l'école Wushu Brest. Que ce soit en Kungfu, Taijiquan, et Qigong peu importe l'âge, la condition physique ou émotionnelle…

Paradoxalement, nous ne comprenons pourquoi nous pratiquons qu'en pratiquant … et il faut avoir le courage de se laisser surprendre par ce que la pratique du Wushu nous révèle … »

Règlement intérieur

Politesse

- Se dire bonjour dès que l'on se croise à l'École ;
- Le salut en début et en fin de cours est une marque de politesse et de respect ;
- En cas de retard, la personne attendra à l'entrée de la salle un signe du professeur pour rejoindre le groupe.

Respect

- La tenue de pratique : la 1ère année, chaque personne choisira à sa convenance une tenue ample pour être à l'aise dans tous les mouvements. Seules les chaussures réservées à la pratique sont autorisées dans les salles, pas de pieds nus sur le tapis. À partir de la 2ème année, la tenue de Wushu est exigée : les commandes ont lieu pendant l'année ;
- Participer au Gala de fin d'année, partager la joie de pratiquer en montrant au public la richesse de notre discipline ;
- Maintenir la propreté de l'École, ne pas manger dans la salle de pratique ;
- Aider au nettoyage de l'École le samedi de 16 h30 à 17 h30 ;
- Participer à une journée de grand nettoyage de l'École avant la rentrée.

Responsabilité

- Être à jour de ses cotisations annuelles ;
- Ne pas rester regarder ses enfants pendant le cours ;
- Ne pas toucher aux instruments de pratique sans avoir l'accord de son professeur.

Cheminer avec l'École

Riche des techniques et de la philosophie du Wushu, Renping Su–Goarzin a fondé en 2000 un centre d'arts martiaux et d'énergétique chinois à la pointe bretonne, reconnu en Chine et en France, l'École Wushu Brest. Ce lieu propose un **enseignement de qualité** axées sur la **santé, l'épanouissement et le perfectionnement du corps** à travers l'étude du Wushu, regroupant l'ensemble des arts corporels, martiaux et de santé chinois.

Plus que jamais adapté à un temps ou notre vie familiale, sociale et professionnelle peut évoluer rapidement, le **Wushu** est un outil pour trouver des solutions adéquates, tout en gardant une **énergie dynamique, une relation équilibrée, en phase avec notre environnement**. Il nous apprend à réaliser le grand écart entre verticalité et horizontalité, entre nos ressources internes et la façon dont nous accueillons les événements.

L'ancienne tradition chinoise pour « nourrir la vie » (Yangsheng) propose une **approche du corps, de l'esprit et de la santé** d'une grande richesse, qui se diffuse actuellement dans de nombreuses sociétés et institutions de par le monde. Des disciplines comme le Kungfu, le Taijiquan, la méditation, les techniques du souffle, le Daoyin et le Qigong proposent des méthodes opérantes pour **aborder la vie avec sérénité et efficacité**, et prendre en main, entretenir et améliorer sa **santé physique, psychique et sociale**.

Tout en gardant leur authenticité, les disciplines enseignées à l'École ont en commun cette capacité à renforcer les différents aspects de la santé global. Toutes accompagnent les évolutions et changements qui se produisent naturellement dans les expériences de vie de chacun.

À l'image de « Sunwukong », le légendaire roi des singes qui utilise son bâton magique pour s'adapter aux difficultés qu'il traverse, ces disciplines favorisent la capacité du pratiquant à **transformer et transcender les situations de la vie**. Le Wushu ainsi intégré devient le **Wushu-santé**, spécificité de la transmission de ces disciplines à l'École.

Pratiquer le Wushu-santé

Kungfu 功夫

- Renforce et permet l'appropriation de sa structure physique, amenant puissance, agilité et vivacité.
- Amène une richesse et une amplitude de mouvements à mesure que le corps s'assouplit.
- Développe confiance en soi et force de conviction.

Favorise la circulation du Qi par la richesse et l'amplitude de mouvements

Potentialise la puissance animale, à la fois sereine et capable de jaillir à chaque instant

Amène une unité corporelle dans les mouvements par le développement du dantian

Améliore la manifestation du souffle interne dans la structure physique en mouvement

Méditation

- Développe sérénité et prise de recul.
- Favorise l'écoute de son corps et de ses sensations, nécessaire pour approfondir et renouveler son expérience de pratique.
- Améliore la compréhension de soi et des autres

Qigong 气功

- Active le Qi 气 (le souffle) et le fait circuler dans l'organisme par l'imagination et les mouvements du corps.
- Favorise la préservation de la santé afin de cultiver une longue-vie, d'atteindre le non-vieillissement.

Apporte de la densité au mouvement interne

Améliore la perception du souffle en déplacement, seul et à deux

Taijiquan 太极拳

- Amène de la détente dans la structure physique par la prépondérance du travail du souffle sur le travail musculaire.
- Développe sa stabilité intérieure par une capacité d'ajustement et de régulation de son corps et de son état d'esprit
- Favorise une conscience aiguisée de soi, des autres et de son environnement.

Les disciplines se dévoilent

Kungfu 功夫

L'apprentissage du Kungfu commence toujours par la construction de bases solides (Jibengong 基本功) que l'on devra nourrir et entretenir toute la vie. Révélatrice, la traduction du mot Kungfu 功夫 signifie « le travail de l'Homme accompli » ou « recherche de la maîtrise par le travail ».

L'exigence physique fait appel à des ressources psychiques qui développent la curiosité, l'envie d'apprendre, la rigueur, l'abnégation, la discipline, le respect, la pugnacité, la détermination et l'humilité. Après un travail assidu, les mouvements du pratiquant révèlent les qualités acquises : souplesse, enracinement, force, agilité, puissance. Commence alors la quête éternelle du geste juste.

Taijiquan 太极拳

La spécificité du Taijiquan par rapport à nombre d'autres sports repose sur la prépondérance du travail intérieur du souffle, qui supplante le travail musculaire. Cet art permet d'acquérir une capacité d'anticipation, de conduire vers une direction plus juste. Il nous aide à nous adapter aux circonstances tout en cherchant l'harmonie, la fluidité et le naturel.

Les mouvements lents, ininterrompus et coordonnés avec la respiration favorisent la circulation du souffle et engendrent de nombreux effets positifs sur la santé. Parmi ceux prouvés scientifiquement, la pratique du Taijiquan densifie les os (efficace pour l'ostéoporose) et soulage les douleurs chroniques.

Qigong 气功

Le Qigong combine des exercices gymniques, de respiration et de méditation. Intimement lié à la Médecine Traditionnelle Chinoise, il favorise la préservation de la santé et l'amélioration de la qualité de vie (bien-être, épanouissement).

En Chine, il est enseigné à tous les publics, y compris aux personnes fragiles, pour améliorer leur capacité à surmonter la maladie et recouvrer la santé. En Occident, il rencontre un certain enthousiasme en tant que réponse aux problèmes modernes du stress et au vieillissement.

Au départ, il faut connaître parfaitement la série travaillée, indispensable pour pouvoir expérimenter des niveaux de pratique plus profonds. A ce moment là, le Qigong permet de fortifier son énergie vitale par la mobilisation du souffle dans les circuits énergétiques du corps.

Intégrer les cours de l'École

À travers des cours hebdomadaires, des stages et des voyages d'étude, l'École a permis à plus d'un millier de personnes de sentir le bénéfice de cette pratique. Vecteur de partage, révélateur du meilleur de nous-même, elle devient un espace où résonnent une énergie positive et une ambiance harmonieuse.

Poussés et emportés par ses enseignants, chacun peut pratiquer différentes disciplines correspondant au besoin du moment : faire du sport, jouer avec un partenaire, découvrir le Qi, se préparer physiquement et psychologiquement pour la compétition…

Saison sportive :

Du 11 septembre au 30 juin
Pas de cours les jours fériés, ni pendant les vacances scolaires, sauf pour l'équipe de compétition.

Lieu des cours :

École Wushu Brest – 11, rue de Maleyssie
Gymnase Jean Guéguéniat pour le cours de sauts et musculation de jeudi soir

Les dates des activités annexes sont susceptibles d'être modifiées. Pour vous tenir informés des mises à jour, consultez l'actualité de notre site web.

Un lieu de plaisir et de partage

En parallèle, l'association « Sunwukong » regroupe les élèves autour des activités de l'École et favorise cette dynamique d'étude et d'échange autour de la pratique par la cohésion qu'elle apporte.

Site web de l'École :
www.wushubrest.fr

Contact :

Renping Goarzin
0788414812 - 0298421380
wushubrest@orange.fr

Sur notre site web, vous trouverez également :

- Le programme pour la saison 2023/2024 ;
- Des descriptions détaillées des cours, des styles et des différentes formes pratiqués à l'École ;
- Le concept « Wushu Santé » créé par Renping ;
- Un guide sur « Comment choisir les cours ».

Intégrer les cours de l'École

Inscription à l'année, règlement par chèque, espèces ou chèque-vacances :

- ordre au nom de votre professeur (Renping Goarzin, Renfeng Su, Yvan Velard, Rémi Quéré, Frédérik Moizan, Viviane Marc) ;
- si vous avez plusieurs professeurs, ordre au nom de « École Wushu Brest » ;
- chèque-vacances : + 4 % de frais ANCV.

Possibilité de régler avec 1 à 5 chèques, encaissé(s) de fin septembre à fin janvier.

Inscription possible pour une partie de l'année :

- de septembre à fin décembre, 50 % de la totalité ;
- de janvier à fin juin, 80 % de la totalité ;
- de avril à fin juin, 40 % de la totalité.

Tarifs

	Discipline	1 cours	2 cours	3 cours	4 cours et +
Arts externes	**Kungfu : 1h - 1h15**				
	Baby Kungfu (5-7 ans)	250	300 €		
	Kungfu Kid & Teenager (8-15 ans)	270 €	360 €	420 €	
	Adulte (+15 ans)	300 €	420 €	520 €	
Arts internes	**Arts internes : 1 h**				
	Taijiquan & Qigong	330 €	480 €	580 €	650 €
	Arts internes (avancé) : 1h30				
	Taijiquan & Qigong	400 €	580 €		
	1 cours de 1h + 1 cours de 1h30 : 530 € 2 cours de 1h + 1 cours de 1h30 : 580 €				
	Forfait inter-disciplines : 650 €				
	Cours particuliers : 1h **55 €/pers. 65 €/2 pers.**				

Intégrer les cours de l'École

Adhésion & Licence

Au tarif des cours, il faudra ajouter 15 € (enfants : 10 €) pour l'adhésion à l'association Sunwukong. Un tee-shirt de l'école est obligatoire (10 €), la licence de la fédération FFK de 37 € est fortement conseillée. En plus d'assurer le pratiquant, elle est indispensable pour :

- la compétition (2 licences obligatoires à partir de 2022) ;
- le passage de grade (3 licences minimum) ;
- l'obtention du Diplôme d'État ;
- la promotion du Wushu en Bretagne ;
- l'accès gratuit aux stages d'experts.

**L'association Sunwukong est membre de la Fédération Française de Karaté (FFK) et de arts énergétique et martiaux chinois (FFaemc)*
**Une assurance individuelle est à prévoir si vous ne prenez pas la licence.*
**Les élèves des associations des enseignants de l'École Wushu Brest bénéficient de 40 % de réduction aux inscriptions des cours hebdomadaires.*

Règlement de l'adhésion et de la licence par chèque à l'ordre de Sunwukong.

Cas particuliers

Ecole et association soutiennent des personnes méritantes et ayant des moyens financiers réduits : dans ce cas, voir avec Renping.

Réduction :

- 10 % pour les personnes en recherche d'emploi, les étudiants et sur le 3ème abonnement dans la même famille.

Remboursement :

- **Quel que soit le motif, le remboursement n'est pas possible ;**
- **Sur motif médical ou déménagement, un avoir non nominatif valable un an pourra être délivré sur présentation d'un justificatif.**

Approfondir l'étude du Wushu-santé

Le socle de l'enseignement de l'École Wushu Brest repose sur les cours hebdomadaires par la régularité de pratique qu'elle favorise. A cette base de pratique s'ajoute les stages proposés à l'école, découpés en 6 cycles et qui composent "Les Dimanches du Wushu". Chacun concerne un aspect particulier de la culture martiale et de santé chinoise.

Ces stages s'adressent autant à des **débutants** qu'à des **pratiquants confirmés**. Ils favorisent la découverte, la progression et l'approfondissement à la fois par :

- leur thème spécifique qui permet de se focaliser sur un aspect du Wushu ;
- l'ouverture vers un autre aspect de la culture chinoise du corps, nécessaire pour acquérir une vision globale de notre art et nourrir nos pratiques quotidiennes ;
- le temps d'étude relativement long qui favorise une plus grande immersion, avec un apport théorique important et une expérience de pratique intense.

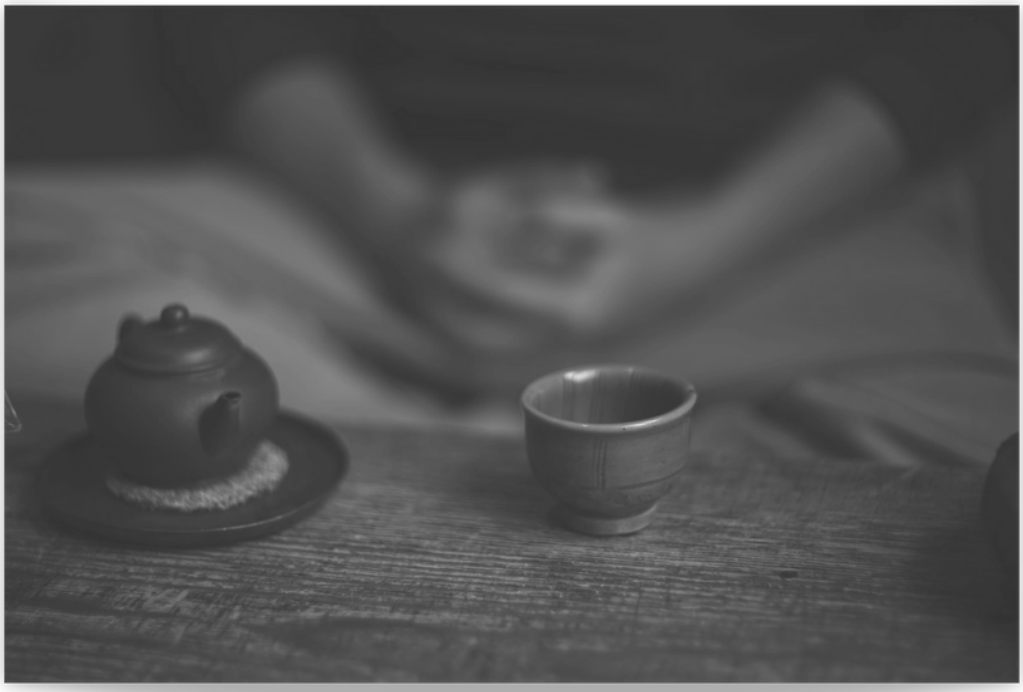
Ainsi, "Les Dimanches du Wushu" sont une pièce essentielle pour mieux comprendre nos pratiques et donc mieux les intégrer.

Les dimanches de 9h30 à 12h30

1 . Cycle de pratique de méditation taoïste avec Nadège

Trouver le temps et la manière de se poser, composer sa routine quotidienne. Au gré de 2 rendez-vous, nous expérimenterons la méditation Chan et nous essaierons de trouver ensemble comment vous approprier la pratique pour continuer tout.e seul.e.

- 8 octobre - Le premier recueillement (初禅) : conseils pratiques pour débutants
- 12 novembre - Le second recueillement : pratique et échange pour méditer régulièrement



Approfondir l'étude du Wushu-santé

2 . Cycle "Massage chinois Tuina" avec Renping

Soulager des maux courants du corps et stimuler les défenses immunitaires par la main : conçu pour harmoniser l'énergie vitale, le massage est l'une des branches de la médecine chinoise.

Dans ce cycle de 4 stages, nous apprendrons quelque méthode simples de diagnostic selon les méridiens, le type de douleur, le choix des points d'acupuncture, les techniques de base de la main, et des recettes familiales de Tuina utilisées fréquemment en Chine pour relancer la circulation, dissoudre les tensions musculaires et dénouer les blocages.

Venez seul ou avec votre partenaire de massage, muni d'un tapis et d'une couverture.

- 24 septembre - Les céphalées
- 15 octobre - La lombalgie et la sciatique
- 19 novembre - L'insomnie
- 10 décembre - Les maux de ventre

3 . Cycle "Wushu Santé et médecine écologique" avec Yvan

Les exercices pour raffinés l'énergie vitale constituent une part importante de la Médecine Traditionnelle Chinoise. Ils permettent de ressentir puis d'accompagner les mouvements internes naturels qui soutiennent notre vitalité et qui se manifestent au niveau physique, fonctionnel et psychique.

La partie pratique combine des techniques corporels et des techniques de souffle, toujours associé à une qualité de présence à soi. Chaque stage associe un travail complet basé sur les relations entre organes, et introduira un thème spécifique. Pratiquer pour ressentir et étudier pour comprendre permettra à chacun de profiter pleinement de ces enchaînements.

- 14 janvier - Favoriser la détente corps/esprit par la détente du Qi
- 11 février - Libérer la respiration et la circulation du souffle interne par le corporel
- 24 mars - Améliorer son tonus général
- 14 avril - Travailler l'ancrage pour développer la stabilité physique et émotionnelle
- 26 mai - L'ouverture du Cœur et la qualité de présence et de concentration

Approfondir l'étude du Wushu-santé

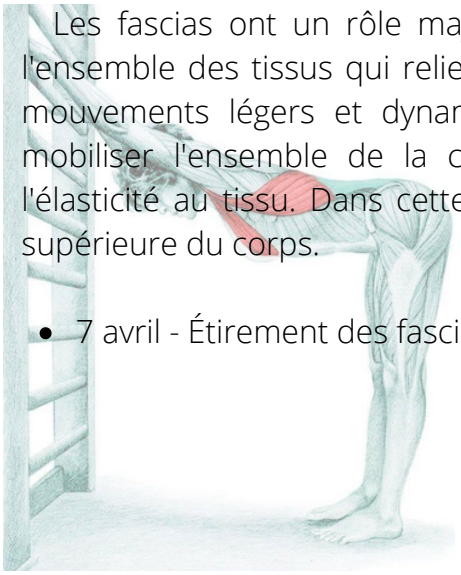
4 . Cycle "Wushu Éventails" avec Renfeng

L'éventail reflète à merveille l'alternance de phases que l'on rencontre dans notre corps et notre Cœur. Changeant de forme, il est comme le bruissement du vent ou le claquement du tonnerre. Déployé, il est flamboyant et délicat, replié il se concentre et se dirige avec précision.

Les stages se focalisent sur l'apprentissage de mouvements favorisant la mise en circulation du Qi par des allers-retours permettant les phases de rassemblement et de déploiement. Le Taiji rapide utilisera cette installation pour aboutir à des formes directes et efficaces, afin de le transmettre à la forme particulière adopté par l'éventail.

- 18 février - Taiji rond éventail
- 17 mars - Taiji rapide éventail

5 . Cycle "Étirements des Fascias" avec Rémi



Les fascias ont un rôle majeur dans la structure et la protection du corps humain. C'est l'ensemble des tissus qui relie les éléments anatomiques entre eux. Leurs étirements par des mouvements légers et dynamiques, d'abord en tension puis en extension permettent de mobiliser l'ensemble de la chaîne musculaire afin d'allonger les muscles et redonner de l'élasticité au tissu. Dans cette première rencontre, nous allons nous concentrer sur la partie supérieure du corps.

- 7 avril - Étirement des fascias de la partie supérieure du corps

Approfondir l'étude du Wushu-santé

6 . Cycle "Self défense" avec Fred

Ce stage a pour but d'appréhender le contact par des jeux d'oppositions, de déplacements, suivis de mises en pratique dans un cadre sécurisé. L'étude se concentrera pour ce premier stage sur la gestion des saisies. Le port d'une coquille et d'un protège-dents est fortement recommandé.

- 26 novembre - Apprentissage de notions de base de self défense adaptée à tous.

Modalités d'inscriptions

- Inscriptions obligatoirement 48 heures avant les stages, par mail ou par téléphone auprès de votre professeur ;
- Inscriptions à la séance ou avec la carte des "Dimanches du Wushu" pour des tarifs préférentiels, pour soi ou pour inviter des amis et de la famille

La carte des **"Dimanches du Wushu"** n'est pas nominative, mais nécessite une adhésion à l'association Sun Wu Kong. Elle peut être utilisée :

- pour assister à autant de stages que de participations achetées sur la carte. Il est possible d'assister à des stages de cycles différents ;
- pour venir entre amis ou en famille à un même stage, ce qui utilise sur la carte autant de participations que de personnes assistant au stage.

1 séance **Adhérents / Non-adhérents**	**Carte "Dimanches du Wushu"** **Nombre de participations**		
	5	**10**	**15**
45€ / 50 €	200 €	350 €	450 €

Les Master-class des enseignants

Les Master class sont organisées par Renping pour faire partager son expérience pédagogique. Elles sont réservées aux enseignants, de l'école Wushu Brest ou d'ailleurs, désireux d'enrichir leur pratique personnelle, la qualité de leur enseignement et de s'inscrire dans une dynamique de réseau.

Le stage alternera entre théorie et pratique, enseignement et partage d'expérience.

- 21 octobre - connaitre la logique externe et interne d'un Taolu
- 24 février - structurer cours et entrainement
- 20 avril - intégrer un Taolu et le rendre naturel

Pour organiser au mieux leur accueil lors de ces trois week-ends, les enseignants venant de loin prendront contact avec Renping.

Programme commune des 3 stages :
(possibilité d'assister aux cours suivants, la veille des dates de stage)

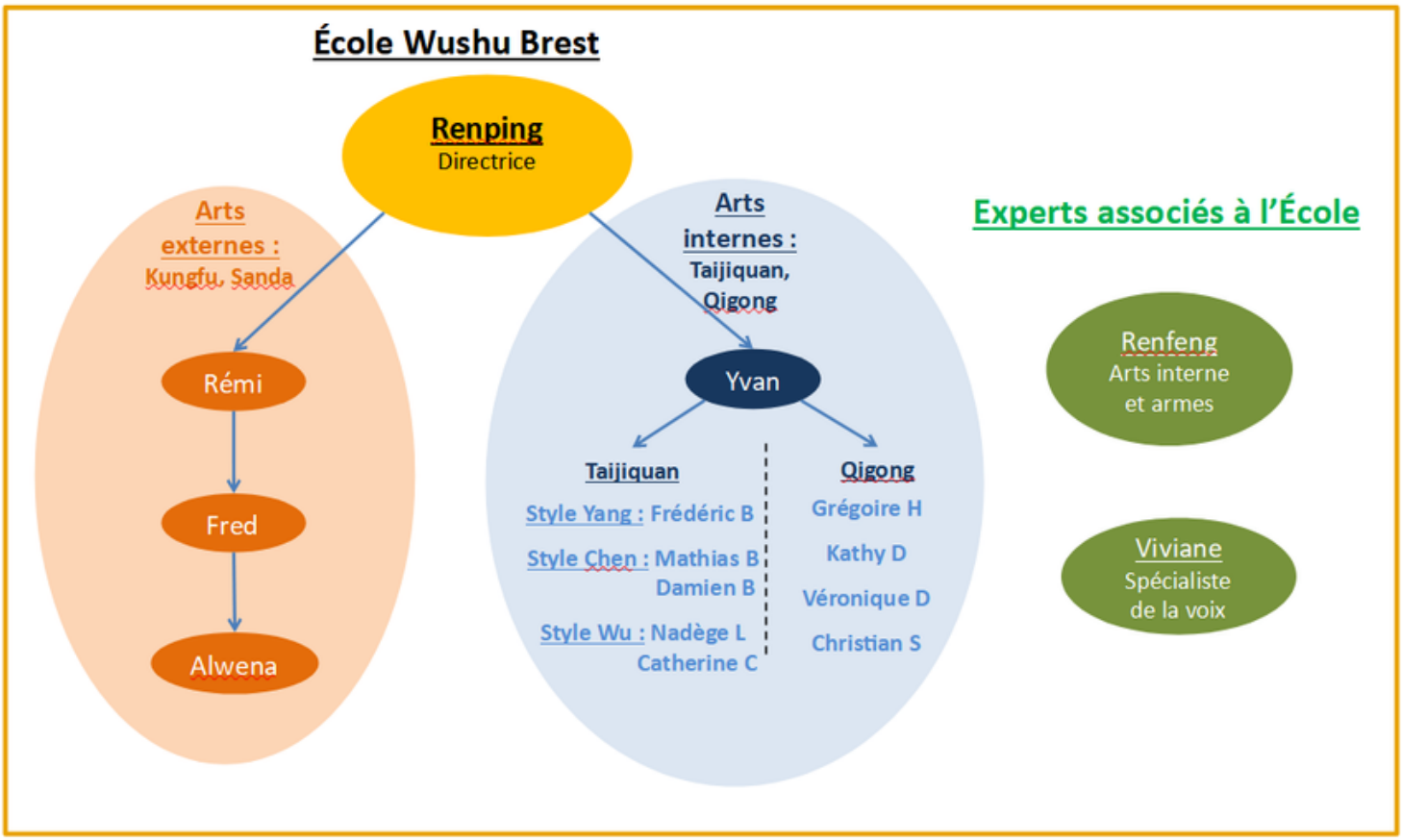
Vendredi :

10h15 – 11h45 : Qigong Dawu avec Renping GOARZIN
14h – 15h : Qigong des méridiens avec Yvan VELARD
15h – 16h30 : Wudang Quan et éventail. avec Renfeng SU
18h – 19h : Baguadao avec Renping

3 samedis
de 9h30 à 12h30

	Adhérents / Non-Adhérents	
	1 séance	Cycle complet
Master class	80€ / 90€	220 € / 240€

Organisation de l'enseignement



Entre les enseignants titulaires et les initiateurs bénévoles, l'École Wushu Brest peut compter aujourd'hui sur une équipe pédagogique d'une vingtaine de membres.

Directrice pédagogique de l'École, Renping Su-Goarzin, diplômée de l'Université des sports de Pékin, spécialiste reconnue dans le domaine du Wushu, se porte garante de la qualité et de l'authenticité de l'enseignement. C'est elle qui distribue les rôles dans l'équipe et accompagne les enseignants par son regard sur la progression de chaque groupe.

Très impliqués dans le Wushu, les enseignants interviennent fréquemment en dehors de l'école. Cela peut être par le biais :

- de cours donnés dans leur propre association ou dans d'autres structures ;
- de projets développés avec des partenaires associatifs ou institutionnels dans les domaines de la santé, du sport, du mieux vivre.

Les enseignants assistants s'enrichissent en suivant les stages et Master class de l'École. Beaucoup ont été accompagnés par Catherine Despeux pendant la formation Wushu Santé de trois ans. Ils suivent le chemin de transmission au sein de l'École.

Les professeurs

Renping SU-GOARZIN
Fondatrice et directrice pédagogique de l'École Wushu Brest
• Membre du Comité National de Wushu santé et bien-être
• 7e duan de Wushu

Arts internes (Taijiquan, Qigong)

Renfeng SU
Maître en arts martiaux et énergétiques chinois
7e duan de Wushu

Yvan VELARD
Élève de Renping depuis 2009
Enseignant depuis 2013
Praticien en Médecine chinoise

Arts externes (Kungfu)

Rémi QUÉRÉ
Élève de Renping depuis 2001
Enseignant depuis 2011
3e duan de Wushu

Frédérik MOIZAN
Élève de Renping depuis 2007
Enseignant depuis 2013
4e duan de Wushu

L'équipe enseignante élargie

Viviane MARC

"Djoss" JEAN-BAPTISTE

Grégoire HUON

Nadège LOIR

Mathias BETTAN

Véronique ROUSSEAU

Kathy DIASCORN

Véronique DURAND

Damien BEUCHER

Christian SYLVESTRE

Catherine COTTÉ

Alwena BRÉHIN

Frédéric BARGEON-BRIET

Fosco DALLA BERNARDINA

village d'été
Arts martiaux chinois

Culture du corps, du souffle & des relations

Le projet de village d'été des arts martiaux chinois est né des parcours complémentaires de Renping Su-Goarzin et de Georges Favraud, qui se sont rencontrés par leurs travaux avec Catherine Despeux.

Renping a été formée au Wushu par sa mère, puis à l'Université des sports de Pékin. Installée depuis 1995 à Brest, elle s'est aussi engagée depuis près de 20 ans dans les pratiques internes du souffle et de la méditation.

Georges est docteur en anthropologie, spécialiste de la Chine. Il a longtemps séjourné et pratiqué les arts martiaux internes dans des temples taoïstes, et développe ses enseignements pratiques et théoriques depuis 2015 à Toulouse.

La première édition 2022 nous a permis de rassembler des experts de haut niveau et d'une grande générosité dans leur transmission, bien au-delà de nos attentes. Une centaine de pratiquants de tous âges et disciplines ont pu progresser dans leur technique et découvrir d'autres facettes des arts chinois du corps, dans un espace de partage, de bienveillance et de bonne humeur.

La seconde édition se déroulera du 13 au 19 août 2023.
https://www.wushubrest.fr/stage-deacuteteacute.html

Construire ensemble ! un village d'eldorado Wushu se pérennise.

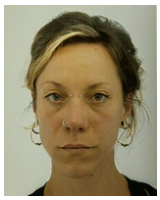
Passer un grade (duan) pour aboutir à une progression technique et sportive

1er duan

Louise Cuzon

Robin Le Gall

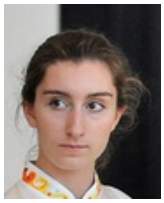
Florence Poupeville


Suzie Pasquiet

Claude Larreur

Grégoire Huon

Lucile Stocq


Sofia-Luz Zanchetta

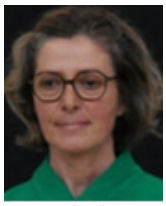
Eliot Milin

Arthur Rabouin

Nadège Loir

Sonia Bouquet

Fosco Dalla Bernardina


Nathalie Benon

Anne Jimenez

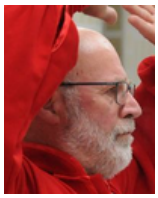
Annick Nicollet

Zalie Bellacicco

Oriane Amalric

2e duan

Véronique Rousseau


Constant Labia

Yvan Velard

Carole Bo Ram Autret

Catherine Cotté

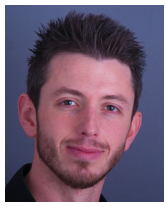
Christine Pennec

Yannick Taillandier

Alwena Bréhin

Gaelle Novert

3e duan


Rémi Quéré

Djoss Jean-Baptiste

Christian Sylvestre

Mathias Bettan

4e duan

Frédérik Moizan