



Programme de la

3ème édition

des **RENCONTRES ADQM**

En Touraine, les 31 mai et 1er juin 2025
Amboise



万海

多一孝

Au-Delà des Quatre Mers, tous les braves sont frères.



Lieu de pratique

L'île d'Or, Amboise (37400), à côté du kiosque.

Lieu de d'hébergement et de restauration

Ethic étapes, 1 Rue Commire (l'île d'Or) - 37400 Amboise

Amboise

Amboise est une ville de la vallée de la Loire, dans le centre de la France. Elle doit sa réputation au château d'Amboise, la vaste résidence de Charles VIII au XVe siècle, qui abrite la tombe de Léonard de Vinci, des appartements royaux, des jardins et des couloirs souterrains. À la sortie de la ville, le château du Clos Lucé est l'ancienne résidence de Léonard de Vinci, où il vécut jusqu'à sa mort en 1519. Il comprend un petit musée exposant des maquettes de ses créations.



L'île d'Or s'est formée à un endroit où la Loire se sépare en deux bras. L'île fut choisie en 503 par Clovis, roi des Francs, et Alaric II, roi des Wisigoths, pour signer un traité de paix.

PROGRAMME



Samedi 31 mai :

- ★ **9h30-10h** : Accueil des participants sur le site de l'île d'Or à Amboise
- ★ **10h-12h** : Initiation aux arts martiaux traditionnels d'Okinawa par le karaté de l'école Uechi Ryu et le kobudo de l'école Kobukai avec Nicolas SARRAZY (Association Karaté Kobudo Okinawa)
- ★ **12h-14h** : Repas à l'Éthic Étapes
- ★ **14h-16h** : Forme de l'école Pei Shaolin Chuan (Poing du Shaolin du Nord) avec Matthieu Corre (Bien être, Détente, Respiration)
- ★ **16h-16h15** : Pause
- ★ **16h15-18h15** : Ateliers libres
- ★ **19h30** : Restaurant



association
Bien-être,
respiration,





Dimanche 1er juin :

- ★ **à partir de 07h30** : Petit déjeuner au réfectoire de l'Éthic Étapes
- ★ **08h30-10h30** : Taoyin Qi Gong et pratique du bâton San Yiquan avec Marie Odile Ladouce (Jin Ding)
- ★ **10h30-10h45** : Pause
- ★ **10h45-12h30** : Ateliers libres
- ★ **12h30-14h** : Repas à l'Éthic Étapes
- ★ **14h-16h** : Wuxing de l'école San Yiquan selon la boxe de l'école Shen Ch'I avec Daniel Mattern (Shen Ch'I)
- ★ **16h-16h15** : Pause
- ★ **16h15- 16h30** : Détente en position assise avec ADQM
- ★ **16h30** : Clôture des Rencontres ADQM

