



Art du Libre Combat

Philosophie de l'école

"L'Art du Libre Combat", c'est l'amalgame de différents Arts Martiaux et Sports de Combats, provenant de différents pays et cultures.

L'esprit d'ouverture vers tous les styles est la philosophie de base de l'Art du Libre Combat.

"L'Art du Libre Combat" est une route que le pratiquant va suivre, afin de trouver son propre chemin, tout en remplissant son corps et son esprit de bagages physiques et psychiques très précieux. La recherche personnelle prime par rapport à l'enseignement codifié, le but étant que l'élève s'approprie les connaissances transmises et qu'il les fasse siennes.

Public cible

L'ALC - Art du Libre Combat est une méthode et une école qui fait un véritable amalgame de différents Arts Martiaux et Sports de Combat de tous les pays et de toutes les origines. Cet amalgame permet une approche ouverte du combat total en exploitant toutes les distances que ce soit pieds - poings - corps à corps - sol ainsi que sur le plan mental.

L'apprentissage, adapté à toutes les tranches d'âge, se fait de manière progressive en fonction des aptitudes et objectifs de l'individu, ce qui permet à chacun d'évoluer selon son rythme et ses envies



Renseignement

Secrétariat: 079 362 43 57

www.shinbudo.ch

info@shinbudo.ch

Union Sportive de Cointrin - Dojo Shinbudo

Claudio Alessi et son approche des Arts Martiaux - L'ALC

D'origine italienne, Claudio est né à Genève le 12 décembre 1964. Il est passionné d'Arts Martiaux et de Sports de Combat dès son plus jeune âge. Sa passion le fait voyager aux quatre coins du globe, ce qui l'a incité à s'ouvrir à d'autres cultures. Il apprend que tous les sentiments et sensations, propres ou étrangers, peuvent être dominés notamment, à travers ses sports favoris.

Cette ouverture d'esprit l'a conduit à accepter tous les êtres vivants tels qu'ils le sont, à découvrir que l'on peut apprendre de chacun d'eux, pour en tirer le meilleur notamment, en identifiant les forces et faiblesses et intégrant ces informations dans son approche personnelle de la pratique des arts martiaux.

Claudio Alessi a participé à de nombreuses compétitions et concours internationaux de très haut niveau. Il organise aussi des démonstrations et organise diverses manifestations d'Arts Martiaux comme notamment chaque année le Salon des Arts Martiaux et Sports de combat à Genève.

Son intérêt pour la parapsychologie et l'alliance avec le monde spirituel lui ont permis d'évoluer dans "le bon sens de la vie" et son vœux le plus cher aujourd'hui est de transmettre son savoir plus loin. De ce souhait est né l'ALC - l'Art du Libre Combat.

Un peu d'histoire

L'école et la méthodologie ont été créés à Genève (Suisse) en janvier 1994 par Claudio Alessi et en 2004, l'ALC a donc fêté ses 10 ans d'existence.

En 2003, Claudio Alessi crée une méthode ALC adaptative pour personnes handicapées qui recoupe une infinité de mouvements et d'enchaînements issus de différentes pratiques martiales.

Inscription, prix & horaires

Inscription sur place ou via notre site internet www.shinbudo.ch

- annuel: 590.-, 6 mois: 390.-, 3 mois: 220.-
- pour les adultes: tous les mardis et jeudis de 18h15 à 19h45
- pour les enfants: tous les mercredis de 17h00 à 18h00

Lieu

Dojo SHINBUDO
81 av. Louis-Casati
1216 Cointrin

