Les stages de l'AR2

Quels sont les stages proposés par l’AR.2 dans le cadre de sa formation complémentaire : « AR.2 spécialistes » ?

Vous retrouverez aussi le calendrier des stages de l'AR.2 dans la section " calendrier " de la catégorie savate.
L’explication succincte sur le contenu de ces stages figure toutefois dans cette section.
L'AR.2 s'est fixée comme objectif de faire intervenir des " spécialistes " de haut niveau dans différents domaines ayant un lien avec notre activité, dans le but d’enrichir son enseignement mais aussi de mettre en valeur, des personnes qui ont été des grands champions dont les compétences techniques sont indéniables et confortées par « l’expérience », et d’autres personnes qui nous ouvrent les voies de la réflexion afin de mieux comprendre le fonctionnement de l’esprit et du corps humain.
N’oublions pas que nos provinces foisonnent d’anciens « grands noms » du sport qui ne sont pas valorisés par notre société depuis qu’ils ne représentent plus une « vitrine » médiatique actuelle.
Les domaines associés à l'auto-défense sont aussi nombreux que variés, et ces formations complémentaires permettent à chacun d'évoluer et surtout d'élargir son champ d'investigation personnel dans le but d'être plus sûr de soi, plus fort physiquement et psychologiquement, moins sensible émotionnellement en situation d'agression.

Les thèmes des stages de " l'AR.2 défense " sont les suivant :

- Stages " AR.2 AFPS" avec un Moniteur agréé, Michel FAIVRE qui vous délivrera le Diplôme officiel de secouriste. Plusieurs sessions seront organisées durant la saison en fonction des demandes. Michel est de plus moniteur APP à l’école de Police.

- Stage de Lutte-Défense "AR.2 lutte", avec Roger QUIBET Ancien Champion du LIBAN, lutteur de l'équipe nationale Libanaise plusieurs fois participant aux jeux Méditerranéens et Tireur aux J.O de Séoul. Brevet Fédéral de Lutte Libre et lutte Gréco-romaine. Dates et détails en cliquant ICI

- Stage d'escrime défense "AR.2 l'escrime", dispensé par une référence mondiale de l'escrime: Maître GIORGI Hervé, plusieurs fois Champion du Monde. Comment se défendre dès lors que l’on a un objet en main. C'est-à-dire quelles sont les techniques de base de l’escrime qu’il est nécessaire d’acquérir, avec un bâton, une branche, un journal, un stylo …face à un agresseur armé ou pas.

- Stage de mise en situation organisé à l'école de Police "AR.2 défense" : Jauger ses qualités, prendre conscience de ses faiblesses éventuelles mais surtout « stocker dans son disque dur » des situations qui pourraient vous arriver. La mise en situation permet le développement de « capteurs » d’informations nécessaires à la self-défense.

- "AR2 l'homme" Stage de connaissance de la Physiologie du corps et approche de la connaissance de son corps par la "palpation". Bernard MERIC, Kinésithérapeute, ostéopathe de renom dispensera ce stage « d'initiation » permettant de mieux comprendre les fonctions de base de la mécanique du corps et d'identifier au plus tôt ses lésions, les risques dûs aux traumatismes et les actions à mettre en œuvre.

Les détails, concernant le lieu, les dates, le prix, le nombre de places disponibles seront référencés dans la rubrique stage, calendrier et actualités de notre site.