Reprise saison 2007/2008 : bilan provisoire...

La reprise des cours de l'Académie Ros Défense, s'est déroulée le 15 Spetembre 2007.

La semaine suivante, c'est à dire le 22 Septembre, nous affichions déjà environ 60 adhérents, qui n'ont pas été démotivés par l'intensité physique des cours...bien au contraire.

Nous allons donc travailler selon les mêmes principes que les années précédentes, avec toutefois la particularité liée au système de "Combat Russe".

Pour ceux qui se posereraient encore le question sur le Combat Russe: Celui ci est une discipline officielle développée par Vladimir KHOUDENKIKH, que vous aurez certainement le plaisir de connaître, cette année après son passage au festival de BERCY, le 29 Mars 2008.

Retrouvez les premières photos de cette saison en cliquant ici

Le Samedi 29 septembre, lors du troisième entraînement nous avons pu évaluer l'enthousiame des participants, qui commencent déjà à prendre leurs repères au sein de l'AR2 et surtout à s'initier aux techniques de défense personnelle du système de Combat Russe.

Un système très complet, passant par tous les niveaux possibles du combat, tout en gardant en mémoire que l'élément fondemental restera la détermination dans l'action, et que l'adaptabilité et la réactivité à l'environnement seront aussi des conditions majeures à notre victoire en cas de combat de rue.

Nous retrouvons aujourd'hui, ceux qui se sont déjà inscrits (ou en cours d'inscription) et formeront le noyau dur de notre académie.

On travaille aussi dans la bonne humeur !!!

Même si ça vole en éclat quelques fois !!!

Vous retrouverez toutes les photos de cet entraînement en cliquant ici :