

Un stage de self-défense urbaine



Les stages vont se poursuivre les samedis 23 avril et 11 juin de 13 h à 19 h au gymnase Jacques-Prévert, (Hervé Marigliano au centre).

L'association Bretagne kung fu de Rennes, présidée par Loïc Denis, a organisé ce week-end un premier stage au gymnase Jacques-Prévert sous la direction technique d'Hervé Marigliano, professeur d'arts martiaux chinois et japonais..

Hervé Marigliano s'est formé pendant plusieurs années auprès des maîtres sino-japonais et figure parmi les experts français en stratégies et techniques anti-agressions en milieu urbain. Ce qui lui vaut d'intervenir dans la formation des équipes de forces de la sécurité publique : police et gendarmerie. L'appellation « self-défense urbaine » peut surprendre. « **En ville, les constructions, les rues font que l'espace d'évolution apparaît comme restreint. Une canalisation des choses qui génère une situation**

de stress et suppose une préparation mentale. Un but psychologique qui conduit à une faculté de jauger une situation de conflit, de combat et de définir la tactique pour mettre ses agresseurs en déroute ou tout simplement sauver sa propre vie. »

Le programme s'est articulé autour de l'aspect comportementaliste (gestion du stress), d'un jeu de rôle (agressés, agresseurs) avec séquence vidéo et d'un apprentissage des techniques de la self-défense.

Contact : 02 23 30 17 96 ou 8, rue de Norvège 35200 Rennes.