

A la découverte de la « Non voie comme voie »

Le Martial Institute Geneva (MIG) est l'unique club d'arts martiaux en Suisse à représenter le légendaire Dan Inosanto, ami de longue date et successeur de Bruce Lee. Il propose un programme pluridisciplinaire qui accorde une importance de l'adaptabilité dans la vie, la volonté d'adopter une « non voie comme voie ».

Vertus et bienfaits

Le MIG propose un curriculum qui aide à entretenir la forme et permet de développer une motricité fine, tout en cultivant une ouverture d'esprit. Dispensé dans un cadre positif, respectueux et amical, l'enseignement de différents arts martiaux inclut le Jeet Kune Do, les Arts Martiaux Philippines, le Maphilindo Silat, le Muay Thai, le Combat Submission Wrestling et le Jiu-Jitsu Brésilien. Ces disciplines se complètent, il n'en existe aucune qui prévaut. Chaque pratiquant interprète et utilise les mouvements à sa manière, selon sa constitution, sa flexibilité, son agilité, son endurance et en fonction de ses objectifs.

Pour tout âge

L'ancien art philippin de Kali enseigné au MIG développe l'ambidextrie, des mouvements rythmiques et une coordination œil-main qui jouent un rôle important dans l'entraînement du cerveau et l'extension de ses fonctions cognitives. Des recherches sont en cours pour montrer comment l'art du Kali peut aider à prévenir et ralentir le processus de la maladie d'Alzheimer et de la démence. Pour les enfants, les jeunes et les adultes, cet art influence positivement sur leur capacité à se concentrer et à se détendre.

Stage pour marquer ses 10 ans

En 2007, Christophe Cornaz et Helen Chen ont créé le Martial Institute Geneva. Pour marquer le 10^e anniversaire de l'Institut, ils ont ouvert en début d'année, un cours d'arts martiaux enfants. Pour clôturer cette année anniversaire, ils organisent un stage exceptionnel les 2 et 3 décembre avec un des instructeurs les plus hauts gradés par leur mentor et maître d'arts martiaux, Dan Inosanto. Le stage est ouvert à tous les niveaux.

Cours

- Stage exceptionnel les 2 et 3 décembre 2017
- Cours enfants les mardis de 17h15 à 18h
- Cours adultes les mardis et jeudis de 18h à 21h

Info

Martial Institute Geneva
Centre Culturel et Sportif des Libellules, ch. du Château-Bloch 1,
1219 Aire le Lignon
info@migeneva.ch
www.migeneva.ch



Christophe Cornaz et Helen Chen, co-présidents et instructeurs principaux de l'Association MIG, avec leur mentor et maître d'arts martiaux, le légendaire Dan Inosanto (successeur de Bruce Lee). L'enseignement des arts martiaux est un mode de vie pour le couple.



Le Martial Institute Geneva (MIG) propose l'enseignement de différents arts martiaux dont le Jeet Kune Do, les Arts Martiaux Philippines, le Maphilindo Silat, le Muay Thai, le Combat Submission Wrestling et le Jiu-Jitsu Brésilien. Ces arts influencent les cours enfants, qui s'est ouvert en début d'année 2017, pour marquer le 10^e anniversaire de l'Institut.