

POURQUOI CHOISIR LE THAING BANDO ?

VOUS AIMEZ	VOUS RECHERCHEZ	NOUS VOUS CONSEILLONS
La self défense	<ul style="list-style-type: none"> • Une efficacité rapide à acquérir. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le Bando (travail à mains nues basé sur des formes animales). Le nec de la self-défense.
Le travail des armes blanches	<ul style="list-style-type: none"> • Une pratique qui puisse servir aussi de <i>Self-défense</i>. 	<ul style="list-style-type: none"> • Les Armes ou <i>Banshay</i> : bâton court, bâton long, canne, lance, sabre...
L'ambiance des rings	<ul style="list-style-type: none"> • Le contact physique réel • Un art où on porte les coups. 	<ul style="list-style-type: none"> • La Boxe Birmane ou <i>Bama Lethwei</i> : boxe complète où tous les coups sont permis !
Le travail du corps-à-corps	<ul style="list-style-type: none"> • Un art où on apprend le combat au sol. 	<ul style="list-style-type: none"> • La Lutte Birmane ou <i>Naban</i> : lutte totale où toutes les techniques sont utilisées.

VOUS AIMEZ

<ul style="list-style-type: none"> • La self-défense • Toutes sortes de techniques • Le côté pratique • Les techniques circulaires, les mouvements lents et souples (les boxes « molles ») 	<ul style="list-style-type: none"> • Le Bando est l'héritier de différentes méthodes de défense. Travail de l'énergie et des techniques en douceur et en force, c'est une forme de pratique adaptée à tous les âges. C'est une discipline où il ne manque rien.
<ul style="list-style-type: none"> • Les boxes pieds-poings • Les compétitions • L'ambiance des rings • Le combat total 	<ul style="list-style-type: none"> • La Boxe Birmane ou boxe de l'extrême. C'est le superlatif de la boxe. En plus des techniques de percussion, on favorise le travail au corps à corps et les projections.
<ul style="list-style-type: none"> • Les projections, le corps à corps • Les compétitions • Le combat au sol • Un travail physique 	<ul style="list-style-type: none"> • La Lutte Birmane ou lutte complète par excellence. On y trouve des techniques de projection, de strangulation, de luxation et de contrôle sur toutes les parties du corps.
<ul style="list-style-type: none"> • Le travail des armes • La self-défense • Le côté pratique 	<ul style="list-style-type: none"> • Le Banshay ou maniement des armes. On y pratique toutes les armes des guerriers birmans. Une spécificité : le dha birman.

➤ L'ART QUE VOUS N'AVEZ PAS ENCORE TROUVÉ ?

Si vous avez déjà pratiqué des sports de type boxe dures (ou molles), les armes, les luttes, et si vous aimez les arts martiaux asiatiques, alors le BANDO est fait pour vous car il rassemble en UN SEUL SYSTÈME ce qu'associent tous les autres.

Et selon la devise anti-ennui du Thaing Bando : « il n'y a pas assez de plusieurs vies pour apprendre tout ce que vous ne savez pas encore ».