

## Cours de Nunchaku

Utilisé à l'origine comme fléau pour battre le blé, le nunchaku a été modifié et amélioré sur sa forme pour permettre aux paysans chinois de protéger leur récolte contre les pillards.

Popularisé par Bruce Lee dans ses films, le nunchaku est l'arme la plus connue dans les arts martiaux. Le maniement du nunchaku nécessite une grande précision et une bonne dextérité.

Lors de combats, nous utilisons un nunchaku en mousse légère et un casque avec visière afin qu'ils soient à la portée de tous.

Lors de "freestyle", nous utilisons des nunchakus en bois brillants et chaque élève peut ainsi faire des mouvements improvisés au rythme d'une musique de son choix, un moment spécialement apprécié où chacun peut laisser aller son imagination et sa dextérité, où chacun "s'éclate".

