



Vous êtes de plus en plus nombreux à rejoindre l'Académie Franck Ropers, aussi bien en terme d'élèves, de professeurs, que d'ouvertures de clubs (3 créations à venir dont 1 club à l'étranger), et nous vous en remercions.

#### POURQUOI CHOISIR L'AFR ?

L'Académie Franck Ropers n'est pas qu'une structure associative constituée de club des cours de **Penchak Silat** et de **Self défense**.

Elle est devenue unique car elle propose des services que peu d'autres structures peuvent proposer.

Elle offre des cours dans de nombreuses villes de France et dans plusieurs pays. Elle est le référent de la Fédération Française du Sport Travailleiste, en ayant sa propre branche fédérale de Penchak Silat. Franck ROPERS est responsable national de la commission nationale de Penchak SilatFFST.

**Tous les grades AFR sont reconnus par la FFST, et donc par l'État !**

Elle offre des conseils aux professeurs AFR sur le plan associatif :

- Du juridique,
- De la Fiscalité,
- De la Gestion,
- De la pédagogie,
- De la technique.

Elle forme de A à Z les élèves au Penchak Silat :

- De la ceinture jaune à la ceinture noire 6e degré AFR,
- De la ceinture noire FFST 1er degré au 6e degré,
- Au Diplôme d'instructeur fédéral (DIF) et juge fédéral FFST.

Elle forme, évalue et aide à la profession les professeurs (remise à niveau) tous les ans lors de stage AFR, afin d'offrir le meilleur niveau aux élèves.

**Elle est la seule à proposer aux pratiquants tous les types de cours possibles :**

- Cours privés avec les professeurs AFR tous diplômes Fédéraux FFST,
- Formations en ligne évaluées, corrigées et certifiées par Franck ROPERS,
- Formations privées intensives et certifiantes sur une ou plusieurs semaines,
- Supports vidéos pédagogiques.

Elle propose des modules pour adolescents :

- Gestion du stress et de l'agressivité
  - Self défense
- Ainsi que des module de Self-défense féminine:
- En club,
  - Pour structures associatives,
  - Pour particuliers.

Elle réalise des interventions en entreprises :

- Gestion de conflit,
- Gestion du stress,
- Accueil de publics difficiles (hôpitaux récemment)...

Elle propose également des module d'optimisations de performance et préparation physique :

- Kettle Bell,
- Cross fit,
- Work Out,
- Yoga,
- Chi Kong,
- Sophrologie,
- Hypnose,
- Training autogène,
- Travail de la confiance ( EFT )

Elle propose, forme et emmène des équipes à des démonstrations (comme Bercy) et TV.

Elle invite des experts d'autres arts pour s'ouvrir à d'autres techniques de combat.

Elle propose aux clubs affiliés des conseils et supports de communication :

- Site AFR,
- Flyers,

- Affiches de stage,
- cartes de visite,
- Page Facebook,
- Chaînes Youtube, Vimeo, etc.

Et toutes sortes de supports de communication et de graphisme.

Elle propose aussi un « staff santé » :

- Massage sportif avec Bruno Piwnica,
- Ostéopathie avec Christine Gariat,
- Des médecins spécialisés dans le sport.

L'académie entre dans sa 20e année d'existence et se compose de 45 clubs et de 1300 élèves. Elle a formé plus de 20 000 élèves au Penchak Silat et à la self-défense!

Elle grossit de jour en jour car elle prend en charge le pratiquant de A à Z.

**Le pratiquant est en sécurité avec des professeurs diplômés fédéraux.**

Vous êtes tous les bienvenu(e)s dans notre académie !

**Alors venez pousser la porte de votre MJC de Fismes tous les mardis de 19h30 à 21h et tous les jeudis de 18h45 à 20h15.**

**Inscription à partir de 14 ans avec autorisation parentale.**

**115€ par ans avec assurance et licences.**

# SELF - DEFENSE PENCHAK SILAT

SIMPLICITÉ • EFFICACITÉ • ACCESSIBLE À TOUS

[xavier.arp@gmail.com](mailto:xavier.arp@gmail.com)

Contact

07.68.09.78.67



Dés 14 ans



## ACADEMIE FISMES PENCHAK SILAT

ASSOCIATION DE 1901 AFFILIÉE À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DU SPORT TRAVAILLISTE (FFST)



[FACEBOOK.COM/TRUSTYOURSELFDDEFENSE](https://www.facebook.com/trustyourselfdefense)

# SELF - DEFENSE PENCHAK SILAT



# ACADÉMIE FISMES PENCHAK SILAT

Venez découvrir et pratiquer le penchak Silat,  
un système de combat **riche et complet** combinant  
**tradition et modernité.**

Art Martial et self défense **pour toutes et tous à partir de 14 ans.**  
Un enseignement structuré, encadré **sous la direction d'une équipe  
qualifiée, diplômée et reconnue** par les fédérations fédérales  
nationales, FFKDA et FFST.  
Diplômes, D.I.F, C.Q.P, Educateur Professionnel Sportif.

**DÈS 14 ANS**  
SELF DÉFENSE  
ADAPTÉE AUX FEMMES

## Xavier

2<sup>e</sup> Dan FFKDA, DIF, CQP,  
Éducateurs sportif professionnel

Démonstrateurs au Festival  
des arts martiaux à Bercy 2013

Prochainement au Festival  
des arts martiaux 2016 à Bercy

## Christophe

1<sup>re</sup> Dan FFKDA

Prochainement au Festival  
des arts martiaux 2016 à Bercy

N'hésitez plus, passez la porte de votre **MJC de Fismes** où vous viendrez nous rejoindre  
tous les mardis de 19h30 à 21h et les jeudis de 18h45 à 20h15.



Tél. **07 68 09 78 67** / Mail : **xavier.auguste.arp@gmail.com**  
[www.reimspenchak.fr](http://www.reimspenchak.fr)

