

LE PLANNING 2011/2012

	18H15	19H15	20H15	21H30
Lundi		Tae Kwon Do Enfants 7 - 13 ans TECHNIQUE / POOMSES	Body TKD Adultes	Tae Kwon Do Ados / Adultes TECHNIQUE / POOMSES
Mercredi	18H	19H	20H15	21H30
		Tae Kwon Do Enfants 7 - 13 ans CIBLES / PAOS	Tae Kwon Do Enfants 7 - 13 ans PLASTRONS	Tae Kwon Do Ados / Adultes CIBLES / PAOS / PLASTRONS
	18H15	19H15		
		Tae Kwon Do Enfants 5 - 6 ans PETIT DOJO		
Vendredi	18H15	19H15	20H15	21H30
		Tae Kwon Do Enfants 7 - 13 ans	Body TKD Adultes	Tae Kwon Do Ados / Adultes
		19H15	20H15	
		Self Défense Ados / Adultes PETIT DOJO		
Samedi	14H	16H30		
		Tae Kwon Do Entraînement compétition plastrons Selon le planning affiché		

LES TARIFS

Tae Kwon Do

Enfants / trimestre (5 - 6 ans)	33 €
Enfants / trimestre (7 - 15 ans)	48 €
Ados (à partir de 16 ans) / Adultes / trimestre	63 €
Licence / an	33 €
Passeport sportif (valable 8 ans) pour les nouveaux adhérents	20 €
Frais d'inscription (1 par famille et par an)	20 €

Body Tae Kwon Do

Cotisation annuelle payable en plusieurs fois	165 €
--	-------

- > **TARIF SPÉCIAL FAMILLE** : Nous consulter
- > **TARIF SPECIAL POUR CELLES ET CEUX QUI PRATIQUENT PLUSIEURS DISCIPLINES**
- > **NOUS ACCEPTONS LE PAIEMENT PAR CHÈQUE VACANCES et COUPONS SPORTS**

BODY TAE KWON DO

Pas besoin d'être un taekwondoïste averti pour pratiquer cette nouvelle discipline. Cette activité est destinée à la base à tous ceux qui ne souhaitent pas avoir de contacts physiques comme dans les formes combatives des arts martiaux.

Elle est basée sur un enchaînement tonique de coups de pied/ coup de poings avec un support musical associant coordination, souplesse, vitesse tonification musculaire et détente de l'esprit par l'ambiance musicale.