

HORAIRES & TARIFS



Baby

Nés en 2011 & 2012

Les samedis de 9h30 à 10h15
cotisation annuelle : 95€

Enfants

Nés de 2006 à 2010

Les samedis de 10h15 à 11h30
cotisation annuelle :
nouveau : 85€ - ancien : 75€

Jeunes et adultes

nés en 2005 et avant

Les mardis & jeudis de 20h à 21h30
les vendredis de 18h30 à 19h30
Les samedis de 11h30 à 12h45
cotisation annuelle jeune :
nouveau : 170€ - ancien : 160€
cotisation annuelle adulte :
nouveau : 200€ - ancien : 190€



Cours cardio/renfo/stretching
les lundis de 18h à 19h
cours seul : 105€/an - supplément TKD : +30€

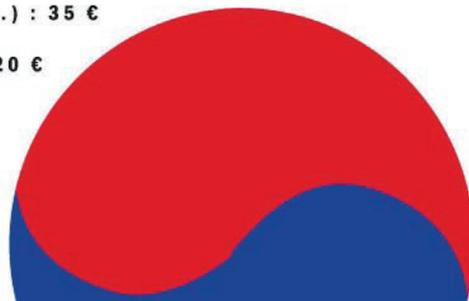
ADHESION

Licence fédérale 2016-2017 (F.F.T.D.A.) : 35 €

Passeport sportif fédéral F.F.T.D.A. : 20 €

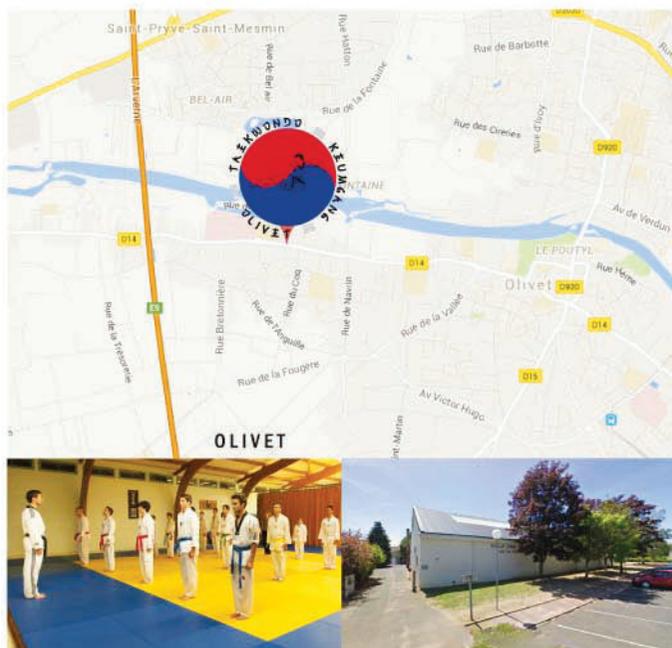
Possibilité de régler la cotisation
en plusieurs échelonnements.

-20% réduction sur la cotisation à partir
de 2 adhérents de la même famille
(réduction sur la seconde cotisation)



LIEU

Tous les cours se déroulent au dojang (dojo)
du gymnase La Vanoise
1111 rue du Général De Gaulle à Olivet (45160)
sauf les lundi et vendredi, le lieu est la
salle Marcel Garcin, espace Reine Blanche à Olivet



Document réalisé et imprimé par nos soins - ne pas jeter sur la voie publique

TAEKWONDO



CONTACT

Président de l'association,
Christophe BAUDINAUD :
07.81.20.99.66 - cbaudinaud@gmail.com

Entraîneur principal,
Alix CHASELAS :
06.24.43.35.21 - achaselas@yahoo.fr



TAEKWONDO KEUMGANG OLIVET - www.taekwondo-olivet.com
Siège social : 138 allée François Villon 45160 Olivet

2016-2017

태권도

TAEKWONDO

태권도



«La voie des pieds & des poings»

Le **Tae Kwon Do** est un art martial coréen codifié dans les années 50 à partir des différentes écoles existantes (**Kwan**).
Littéralement, le terme Taekwondo signifie "Voie (Do) par l'utilisation des Pieds (Tae) et des Poings (Kwon)".
Il consiste à acquérir des techniques de combat variées. Il se pratique essentiellement sans arme, à mains nues.

Les formes de pratique du Taekwondo sont :

- Le combat** (forme présentée aux Jeux Olympiques. Le port des protections permet de pratiquer en toute sécurité).
- Les Poomsé** (combat conventionnel contre plusieurs adversaires imaginaires utilisant des formes et techniques traditionnelles).
- Le combat codifié** (opposition avec un protocole attaquant-défenseur permettant de perfectionner les techniques du Taekwondo).
- La self-défense** (appelée "Hoshinsool", elle permet de travailler les dégagements, clefs, balayages et autres projections).
- La casse** (appelée "Gyok pa", elle est souvent utilisée lors de démonstrations et permet de tester l'efficacité de ses techniques).

Le Taekwondo a été introduit en France en 1969 par l'arrivée d'un expert coréen : **Maître 跆拳道 Kwan-Young**.



Cette discipline exige un entraînement assidu et intensif. La maîtrise technique est le fruit d'un travail acharné et de longue haleine. C'est pourquoi pratiquer le Taekwondo avec patience, volonté, persévérance, combativité, humilité, etc., est primordial. Le Taekwondo n'est donc pas seulement un art martial destiné à obtenir à tout prix une victoire. Il a également pour but de développer et de perfectionner toutes les facultés, spirituelles et physiques de l'homme. Il faut cultiver l'esprit en même temps que d'affûter le corps.
Le pratiquant de Taekwondo verra s'ouvrir à lui des possibilités immenses d'augmenter son potentiel physique et spirituel.

Outre son efficacité surprenante, le Taekwondo constitue une gymnastique idéale qui permet de développer harmonieusement l'ensemble du corps. Par conséquent, il peut être considéré comme la synthèse de ces deux aspects : self-défense et sport.

Le Taekwondo est aujourd'hui pratiqué dans plus de 160 pays répartis sur les 5 continents ...

Le Taekwondo est l'art d'utiliser avec le maximum d'efficacité toutes les parties du corps humain susceptibles de servir d'armes de défense ou d'attaque, en particulier les mains et les pieds.



Créé en 1997, le club compte actuellement environ 85 adhérents.

Il se compose de publics de loisirs, de compétiteurs, débutants et gradés, hommes et femmes, enfants à vétérans.
Le club propose toutes les formes de pratique du Taekwondo, du pratiquant loisir, cherchant une pratique physique sportive, en allant jusqu'au compétiteur se préparant à des échéances nationales.

A ce jour, le club a formé une vingtaine de pratiquants aux grades «Ceintures Noires»... Il a été plusieurs fois représenté et médaillé lors de compétitions nationales (**Championnats de France, Coupe de France**).
En 2011, quatre adhérents ont participé à un séjour en Corée du Sud avec un stage à l'Université Chosun (**Chosun University International - Taekwondo Academy**).
Différents stages sont proposés aux adhérents avec des intervenants «experts»: experts coréens, entraîneurs et/ou cadres nationaux, athlètes de haut Niveau, etc...

LE PROFESSEUR

ALIX CHASELAS
C.N. 4ème Dan
Diplômé d'Etat
B.E.S 1er degré



Elève direct du Grand Maître LEE Kwan-Young (C.N. 9ème Dan)

Diplômé de l'Université du Sport et de l'Education Physique d'Orléans (U.F.R. STAPS)

Ancien Directeur Technique Régional (D.T.R.) de la Ligue du Centre (2007 à 2011)