

Semi- marathon des vendanges

Le club a engagé une équipe de volontaire pour participer aux 8 km du semi-marathon des vendanges. Une bonne occasion pour peaufiner sa condition physique en début de saison.

Pour les plus jeunes de belles performances Théo Morel 1er en minime, Aurélie Deshons 2eme en minime et Lan Pham 3eme en benjamine.

*Résultats pour les adultes sur le 8km Séverine Loudig 8ème en SF
Cathy Deshons 16ème en VF1, Lam Pham 9ème en JH, Aurélien Stcherbinine 10ème en JH, Saladino Thibaut 40ème en SH, Florian Bonnet 48ème en SH, Sebastien Morel 49ème en SH, Francis Foures 51ème en VH1.*

Bravo à toutes et tous pour cette matinée très sympa!

Terminologie

Tae Kwon Do = coups de pieds /coups de poings/ esprit

Dojang: salle d'entraînement

Dobock: tenue / Sabumnim: Professeur

Tchalyeut: attention ! / kyoné: saluez !

Joumbi: préparez vous / Sogui: position

Makki: parade / Jileugui: Coups de poings :

Tchagui: coups de pieds/ Ap: de face/ Dolio: circulaire

Aré: niveau bas/ montong: niveau moyen/ eulgoul: niveau haut

Groupe compétition

Combat:

Benjamins, minimes et cadets entraînement est maintenu le mercredi de 18h30 à 19h30.

Cadets, juniors et seniors un cours thématique sur la compétition combat le mardi de 19h30 à 20h45.

Poomsae :

A partir de la ceinture rouge (ou bleue sur sélection) entraînement spécifique à la compétition poomsae le mercredi de 19h30 à 21h00

Comme toujours ces entraînements supplémentaires sont ouverts à tous compétiteurs ou non. Nous vous demandons que de la motivation et de la bonne humeur !

Nous vous rappelons que le passeport sportif est obligatoire pour participer aux compétitions.

Vacances Toussaint

Pendant les vacances nous vous proposons des stages gratuits communs aux groupes ados et adultes :

Lundi 24 octobre de 19h30 à 20h45

mercredi 26 octobre de 19h30 à 20h45

lundi 31 octobre de 19h45 à 21h00

*mercredi 02 novembre 18h30 à 19h30 (combat jeunes)
19h30 à 21h00 (poomsae)*

Les autres cours n'auront pas lieu



Tae Kwon Do Jap Ji

Le journal de

Tae Kwon Do Teyran

N°73- octobre 2011

Championnats de Région combat

Sélectifs aux championnats de France

Le 13 novembre à Jacou

cadets, junior, senior vétérans

passesports sportifs obligatoires inscriptions au club

Calendrier

➤24 oct au 02 nov vacances scolaires toussaint

➤06 nov stage préparation 1^{er} à 2^e dan/ Béziers

➤13 nov championnat région combat junior senior vétérans /Jacou

➤18 déc passage 1^{er} à 2^e dan /Béziers

Pour plus d'infos consultez l'agenda sur le site du club

Tae Kwon Do Teyran 06.15.14.16.10
www.taekwondoteyran.fr

Sommaire

Page 1
Editorial

Pages 2, 3

Infos

Page 4
Calendrier



Nouvelle saison ,

Le début de saison est entamée nous sommes heureux de retrouver les anciens et de faire la connaissance des nouveaux venus.

Après un repos bien mérité la saison a commencé avec la foire aux associations. Nous tenons à remercier tous les bénévoles qui ont tenus le stand et ceux qui sont venus participés à la démonstration très appréciée du public.

N'hésitez pas à nous faire part de vos suggestions pour améliorer encore la gestion du club. Inscrivez vous à la mailing liste en envoyant votre adresse mail via la boîte contact du site Internet : www.taekwondoteyran.fr

Nous espérons que cette saison saura vous apporter tout le bonheur que vous souhaitez.

Le comité directeur

Attention pendant les vacances de toussaint stages en commun ados adultes gratuits voir détails page 3

Merci aux retardataires de régulariser vos inscriptions