

Stage Expert Perfectionnement Combat

Benjamins – Minimes – Cadets – Juniors

Samedi 30 Janvier 2010

Au Palais des Sports René Bognol – Montpellier

Sous la direction de Myriam BAVEREL (Vice championne du Monde 2003 et 2° au JO 2004), Gwladys EPANGUE (Championne du Monde 2009 et 3° JO 2008) et Yassine BELHADJ (Champion du Monde 2006 et d'Europe Junior 2007)

INSCRIPTION : AVANT LE 23 JANVIER 2010

Programme

10h30-12h30 Technico-Tactique
14h00-16h00 Rounds à Thèmes
17h00-19h00 Séminaire Entraîneurs

Rendez vous : - 10h00 pour le stage combat
- 16h30 pour les entraîneurs

Prévoir tout le matériel de protection

Casque (à bulles pour les minimes)
Plastron
Protèges tibias
Coquille,...

Prendre : une raquette et 1 pao iranien pour 2

Restauration sur place ouverte pendant toute la durée du stage

- Stage expert combat : 30,00 € /personne
- Tarifs de groupe :
 - 10 personnes dont 1 gratuit soit 270,00 € au lieu de 300,00 €
 - 15 personnes dont 2 gratuits soit 390,00 € au lieu de 450,00 €
 - 20 personnes dont 3 gratuits soit 510,00 € au lieu de 600,00 €
 - 25 personnes dont 4 gratuits soit 630,00 € au lieu de 750,00 €
- Séminaire Entraîneurs et Assistants : 20,00 € / personne

.....
CLUB :

Tél. :

Catégorie et Nombre de stagiaires :

Benjamins x

Minimes x

Cadets x

Juniors x

Séminaire entraîneurs et assistants x

Règlement par chèque N° _____ Montant : _____

Espèce Montant : _____

Chèque à l'ordre : MONTPELLIER ELITE TAEKWONDO DRAGONS TEAM

Mr Karim BELLAHCENE – Tél 06 68 01 34 34

mail : dragons-team@wanadoo.fr - site internet www.montpellier-elite.com