



Saison 2021 / 2022

Taiji Quan et Body Kung-fu ont lieu à
l'espace culturel (vers l'école maternelle)

Inscriptions KUNG FU WUSHU / TAI JI QUAN

Les entraînements ont lieu selon les plages horaires suivantes:

- 18H30 à 20H le **lundi** (TAI JI QUAN)
- 18H40 à 19H45 le **mercredi** (Baby Wushu)
- 20H à 21H30 le **mercredi** (Boxe chinoise)
- 19H à 20H30 le **jeudi** (Body-kung-fu)
- 9H à 10H30 le **samedi** (Self Défense et Parcours personnalisé)
- 10H30 à 12H le **samedi** (Débutants Wushu)
- 14H à 16H le **samedi** (Wushu confirmés)
- 16H à 17H30 le **samedi** (boxe chinoise)

Les participants doivent être impérativement munis :

- Au minimum d'un tee-shirt noir de l'association et d'un pantalon souple noir **sans poches** (de survêtement par exemple) et de chaussons légers à semelles lisses. Idéalement de la tenue du club, prix coutant 75 € (30 € occasion si disponible) commandée groupée au premier trimestre.
- D'un certificat médical de moins de 2 mois de non contre-indication à la pratique du KUNG FU WUSHU.
- Pour les nouveaux inscrits : 1 photos d'identité.

Les catégories sont les suivantes :

- Baby Wushu de 4 ans à environ 7 ans (en fonction de l'évolution)
- Enfants de 8 à 15 ans
- Adultes débutants (à partir de 16 ans)
- Adultes confirmés (à partir de 16 ans)
- Taiji Quan
- Self Défense
- Body-Kungfu

Les pratiques et objectifs du club :

- Pratique du WUSHU externe avec le **Chang Quan** : « boxe du long poing du Nord », le **Nan Quan** : boxe du sud à mains nues et avec armes pour les confirmés
- Pratique du WUSHU interne et plus particulièrement le **TAI JI QUAN** : « boxe du fait suprême » incluant le travail des énergies **QIGONG**
- L'objectif principal est la pratique des arts martiaux chinois dans le **respect du bien être de chacun**, de ses conditions de **santé**, de ses **choix et préférences**.
- Nul n'est tenu d'établir des performances** ou de participer à des compétitions, mais **nous l'accompagnerons** jusqu'ou il souhaitera aller.

Tarifs applicables du 31 juillet 2020 au 1^{er} aout 2021

Les tarifs : ils sont donnés en Euros à l'année incluant la licence « **CNF WUSHU** » et son assurance responsabilité civile. Les compétiteurs FFK, candidats grades FFK, formations FFK devront payer une partie de la bi-affiliation (voir tableau). Ces tarifs n'incluent pas les équipements personnels comme la tenue (commande groupée de la tenue du club en cours d'année).

Vous pouvez effectuer une séance d'essais gratuite sur rendez-vous.

Primo adhérent : + 10 € (*)	Baby Wushu 4 à 7 ans	Enfants 8 à 15 ans	Adultes 16 ans et plus	Tai Ji Quan	Self défense	Body Kung-fu
Tarif normal	105 €	130 €	151 €	151 €	151 €	151 €
Tarif famille	93 €	118 €	136 €	136 €	136 €	136 €
Tarif réinscription	54	65	76	76	76	76
Bi-affiliation FFK	+ 35 €					

(*) Primo-adhérents : comprend la fourniture d'un t-shirt

Possibilité de régler en plusieurs fois : les chèques sont fournis à l'inscription, et encaissés selon le calendrier fixé conjointement. Le premier versement sera au moins égal à 40 € (60 € en bi-affiliation).

L'association est affiliée à l'ANCV : vous pouvez régler vos cotisations et stages à l'aide de vos chèques vacances et coupons sport !



Crise sanitaire : Les réinscriptions tiennent compte des cours manqués l'année précédente : le demi-tarif est applicable à tous les licenciés 2020/2021.

Tarif famille : à partir de 2 membres de la même famille inscrits.

Transversalité :

- Transversalité totale pour les adultes, enfants, Taiji Quan et self défense : ces pratiquants peuvent assister à toutes les séances.

Calendrier : la reprise des entraînements est prévue à partir du 13 septembre à 18H30.

Pour tous renseignements complémentaires, prendre contact :

- Soit par téléphone le soir après 19H au 03 80 31 98 68 (M. JEANDET)
- Soit à la salle des Arts Martiaux de BELLENEUVE ou à l'espace culturel pendant les heures d'entraînement.
- Sur notre site internet « dragon3rivieres.fr »

Vous souhaitant une bonne saison, recevez mes salutation les plus sportives.

Le Président Michel JEANDET





Saison 2021 / 2022

Taiji Quan et Body Kung-fu ont lieu à
l'espace culturel (vers l'école maternelle)

Inscriptions KUNG FU WUSHU / TAI JI QUAN

Les entraînements ont lieu selon les plages horaires suivantes:

- 18H30 à 20H le **lundi** (TAI JI QUAN)-
- 18H40 à 19H45 le **mercredi** (Baby Wushu)
- 20H à 21H30 le **mercredi** (Boxe chinoise)
- 19H à 20H30 le **jeudi** (Body-kung-fu)
- 9H à 10H30 le **samedi** (Self Défense et Parcours personnalisé)
- 10H30 à 12H00 le **samedi** (Débutants Wushu)
- 14H à 16H le **samedi** (Wushu confirmés)
- 16H à 17H30 le **samedi** (boxe chinoise)

Les participants doivent être impérativement munis :

- Au minimum d'un tee-shirt noir de l'association et d'un pantalon souple noir **sans poches** (de survêtement par exemple) et de chaussons légers à semelles lisses. Idéalement de la tenue du club, prix coutant 75 € (30 € occasion si disponible) commande groupée au premier trimestre.
- D'un certificat médical de moins de 2 mois de non contre-indication à la pratique du KUNG FU WUSHU.
- Pour les nouveaux inscrits : 1photos d'identité.

Les catégories sont les suivantes :

- Baby Wushu de 4 ans à environ 7 ans (en fonction de l'évolution)
- Enfants de 8 à 15 ans
- Adultes débutants (à partir de 16 ans)
- Adultes confirmés (à partir de 16 ans)
- Taiji Quan
- Self Défense
- Body-kungfu

Les pratiques et objectifs du club :

- Pratique du WUSHU externe avec le **Chang Quan** : « boxe du long poing du Nord », le **Nan Quan** : boxe du sud à mains nues et avec armes pour les confirmés
- Pratique du WUSHU interne et plus particulièrement le **TAI JI QUAN** : « boxe du fait suprême » incluant le travail des énergies **QIGONG**
- L'objectif principal est la pratique des arts martiaux chinois dans le **respect du bien être de chacun**, de ses conditions de **santé**, de ses **choix et préférences**.
- Nul n'est tenu d'établir des performances** ou de participer à des compétitions, mais **nous l'accompagnerons** jusqu'où il souhaitera aller.

Tarifs applicables du 31 juillet 2020 au 1^{er} aout 2021

Les tarifs : ils sont donnés en Euros à l'année incluant la licence « **CNF WUSHU** » et son assurance responsabilité civile. Les compétiteurs FFK, candidats grades FFK, formations FFK devront payer une partie de la bi-affiliation (voir tableau). Ces tarifs n'incluent pas les équipements personnels comme la tenue (commande groupée de la tenue du club en cours d'année).

Vous pouvez effectuer une séance d'essais gratuite sur rendez-vous.

Primo adhérent : + 10 € (*)	Baby Wushu 4 à 7 ans	Enfants 8 à 15 ans	Adultes 16 ans et plus	TaiJi Quan	Self défense	Body Kung-fu
Tarif normal	105 €	130 €	151 €	151 €	151 €	151 €
Tarif famille	93 €	118 €	136 €	136 €	136 €	136 €
Tarif réinscription	54	65	76	76	76	76
Bi-affiliation FFK	+ 35 €					

(*) Primo-adhérents : comprend la fourniture d'un t-shirt

Possibilité de régler en plusieurs fois : les chèques sont fournis à l'inscription, et encaissés selon le calendrier fixé conjointement. Le premier versement sera au moins égal à 40 € (60 € en bi-affiliation).

L'association est affiliée à l'ANCV : vous pouvez régler vos cotisations et stages à l'aide de vos chèques vacances et coupons sport !



Crise sanitaire : Les réinscriptions tiennent compte des cours manqués l'année précédente : le demi-tarif est applicable à tous les licenciés 2020/2021.

Tarif famille : à partir de 2 membres de la même famille inscrits.

Transversalité :

- Transversalité totale pour les adultes, enfants, Taiji Quan et self défense : ces pratiquants peuvent assister à toutes les séances.

Calendrier : la reprise des entraînements est prévue à partir du 13 septembre à 18H30.

Pour tous renseignements complémentaires, prendre contact :

- Soit par téléphone le soir après 19H au 03 80 31 98 68 (M. JEANDET)
- Soit à la salle des Arts Martiaux de BELLENEUVE ou à l'espace culturel pendant les heures d'entraînement.
- Sur notre site internet « dragon3rivieres.fr »

Vous souhaitant une bonne saison, recevez mes salutation les plus sportives.

Le Président Michel JEANDET

