



MEMECY TAEKWONDO

CONCENTRATION

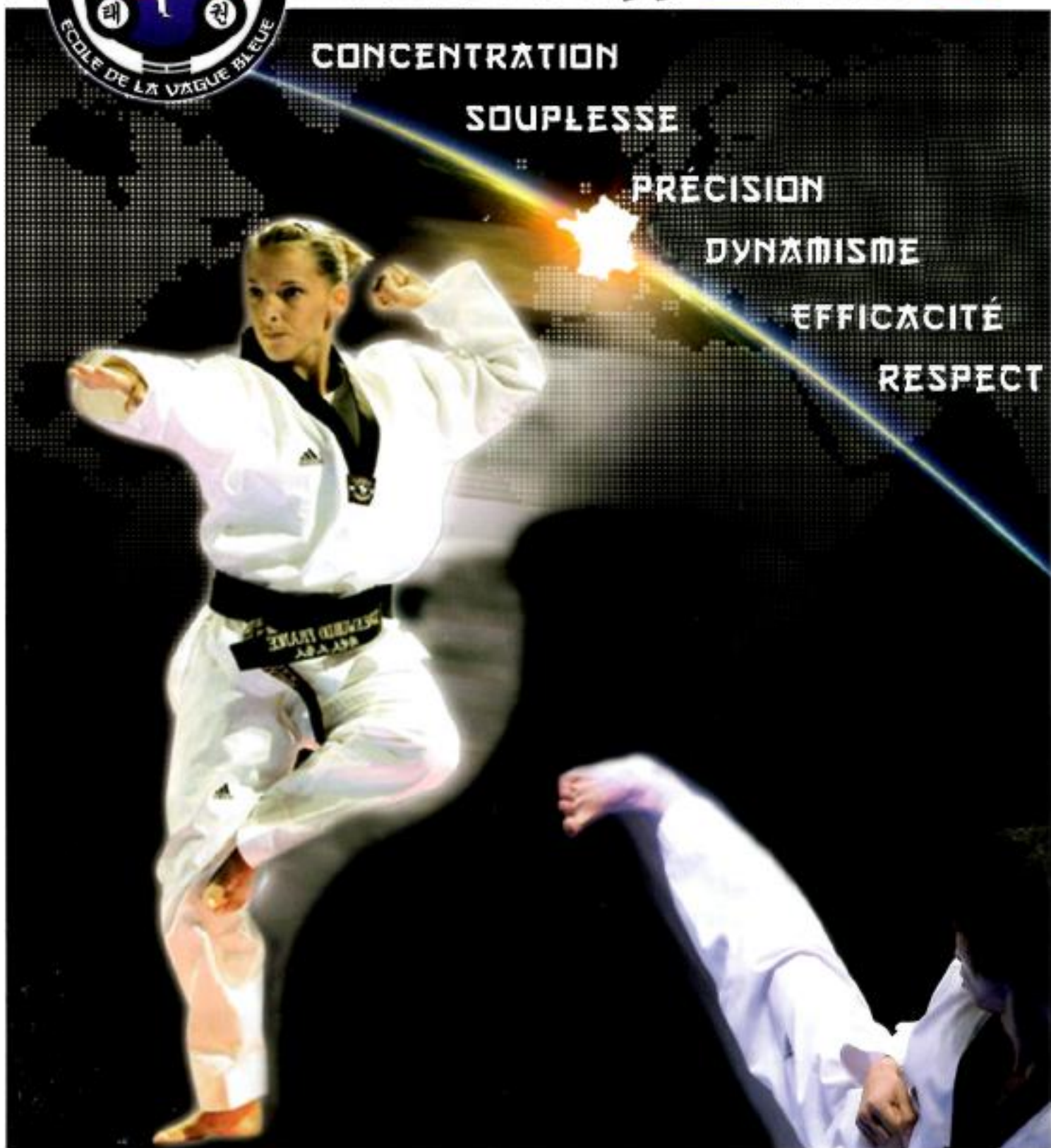
SOUPLESSE

PRÉCISION

DYNAMISME

EFFICACITÉ

RESPECT



@ [MTKD91@GMAIL.COM](mailto:MTKD91@gmail.com)

📞 06.79.43.25.17 (PRÉSIDENT)

🌐 WWW.MTKD.FR

📘 facebook.com/memecytaekwondo

À chacun sa voie



UN ART MARTIAL ADAPTÉ POUR LES **ENFANTS** AVEC UNE PRATIQUE **LUDIQUE** ET **DYNAMIQUE**. SAVOIR **SE DÉPASSER**, **PRENDRE CONFIANCE EN SOI** MAIS SURTOUT **APPRENDRE À RESPECTER LES AUTRES, LES RÈGLES ET SOI MÊME !**



SPORT OLYMPIQUE DEPUIS L'AN 2000, LE TAEKWONDO PROPOSE UN SYSTÈME DE **COMBAT** AVEC PROTECTIONS INTÉGRALES. BASÉ SUR LE TRAVAIL DES JAMBES IL PERMET DE DÉVELOPPER **SOUPLESSE, RÉACTIVITÉ, CONCENTRATION ET COMBATIVITÉ.**



HÉRITÉ DES ARTS CORÉENS **TRADITIONNELS**, LE TAEKWONDO A CONSERVÉ UNE GRANDE PARTIE **TECHNIQUE** CONSACRÉE AU TRAVAIL DE RÉPÉTITION DES **ATTAQUES ET DES BLOCAGES**. **DISCIPLINE, RIGEUR, PERSÉVÉRANCE ET PRÉCISION** Y SONT LES MAÎTRES MOTS.



SELF-DÉFENSE CORÉENNE, LE **HOSHINSOUL** FAIT PARTIE INTÉGRANTE DU TAEKWONDO. APPRENDRE À **RÉAGIR** FACE À DES **SITUATIONS DIVERSES ET VARIÉES**, AVEC OU SANS **ARMES, MAIS TOUJOURS AVEC EFFICACITÉ !**

Horaires & lieux d'entraînement

HORAIRES & LIEUX D'ENTRAÎNEMENT - SAISON 2015 -2016

MERCREDI
VENDREDI

	ENFANTS 5 - 8 ans	ADOS 1 9 - 12 ans	ADOS 2 13 - 15 ans	ADULTES 16 ans et +
Mercredi	17h15-18h Ecole de la Sablière	18h-19h Ecole de la Sablière	19h-20h Ecole de la Sablière	20h30-22h Gymnase Rideau 2
Vendredi	17h-17h45 Gymnase Rideau 1	18h-19h Ecole de la Sablière	19h-20h Ecole de la Sablière	20h-21h Ecole de la Sablière

DOJO FONTENAY :
GYMNASSE ALEXANDRI
SALLE GILBERT FRANCO