



Ligue Lorraine Taekwondo

**STAGE INTENSIF
PASSAGE DE GRADE**

1er, 2ème, 3ème 4ème Dan

**Complexe Sportif Bellefontaine
à Champigneulle**

30 avril 2017

**Animé par
les membre du jury
du passage Ceinture Noire**

Ouverts à partir de 14 ans

Grade minimum requis 3^{ème} Keup

Groupe limité aux 20 premières inscriptions

Ce Stage est un temps de pratique et de perfectionnement,

un temps d'échanges et d'approfondissement des épreuves du passage DAN

Renseignements et inscriptions :

Ligue Lorraine de Taekwondo – crtl@free.fr – 03.83.18.88.43

INSCRIPTIONS EN LIGNE SUR www.lorraine-taekwondo.com

LIGUE LORRAINE TAEKWONDO

Maison Régionale des Sports – 13, rue Jean Moulin – 54 510 Tomblaine – Tél. :03.83.18.88.43 – crtl@free.fr

LIEUX :

COMPLEXE SPORTIF BELLEFONTAINE
rue de Roncevaux à CHAMPIGNEULLES

PROGRAMME :

DIMANCHE	
9h	Accueil, Présentation de la journée
9h15	Echauffement spécifique
10h15	<i>Pause</i>
10h30	Travail par groupe de grade poumsee du grade
12h30	Retour sur la matinée
13h	<i>Repas tiré du sac ou restauration rapide à proximité</i>
14h à 16h30	Présentation de la grille d'évaluation Travail des différentes épreuves du passage sur des ateliers : kibon/hoshinsul/hanbonkiorugui/arbitrage, combat/ Les observables avec support vidéo
17h	fin + Photo

INSCRIPTIONS :

- Passeport sportif en règle : Licence en cours de validité et certificat médical
- Inscriptions clôturées au 27 avril 2017 en ligne sur le site de la Ligue !!!

TARIFS :

Prestations		Tarifs
Externe	Accès Stage dimanche	25€

Pour paiement par virement bancaire :

Banque : SOCIETE GENERALE NANCY		Titulaire :Ligue Lorraine Taekwondo	
Banque	Guichet	N°compte	Clé rib
30003	01460	00050985615	01
IBAN		BIC	
FR76 30003 01460 00050985615 01		SOGEFRPP	

Réservation **avant le 27 avril 2017** avec règlement par avance à l'ordre de la Ligue Lorraine de Taekwondo.
Le chèque de réservation ne sera restitué qu'en cas d'annulation du séjour par écrit (mail) huit jours avant la date prévue. En dehors de ce délai, le versement demeurera acquis à la Ligue Lorraine à titre d'indemnité compensatrice de ressources.

FICHE D'INSCRIPTION d'ACCOMPAGNEMENT DU PAIEMENT ! Stage Passage de grade II Poum et CN 1^{er}, 2^{ème}, 3^{ème} et 4^{ème} DAN

(Vous **DEVEZ** vous inscrire **EN LIGNE** sur le site de la Ligue : www.lorraine-taekwondo.com)

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____ Code postal : _____ Ville : _____

Port. : _____ E.mail : _____ Grade : _____ Club : _____

La Ligue se réserve le droit d'annuler le stage en dessous de 5 inscrits !