

À conserver

TAEKWONDO DOJANG DE SAUMUR

TAEKWONDO DOJANG DE SAUMUR

Équipement personnel OBLIGATOIRE pour tous les cours

- TAEKWONDO / HAPKIDO
 - tenue de taekwondo ou de hapkido complète (haut et pantalon)
 - ceinture selon grade
 - bouteille d'eau/gourde
 - ados/adultes uniquement : protection génitale (coquille)
- BODY TAEKWONDO
 - tenue de sport
 - corde à sauter
 - bouteille d'eau/gourde
- SONMUDO
 - tenue de sport
 - bouteille d'eau/gourde

Quelques règles de sécurité à respecter (plus de détails dans le règlement intérieur, sur le site internet du club)

- Avoir les pieds propres et les ongles coupés (pieds et mains)
- Avant les cours : signaler à l'instructeur toute blessure.
- Pendant les cours : pas de bijoux, piercings, montres, barrettes, pinces à cheveux, chewing-gum et téléphones portables éteints.
- Enfants : les parents accompagnent aux toilettes leur-s enfant-s avant le début du cours (impératif).
- Pour les mineurs : les parents doivent s'assurer de la présence de l'instructeur avant de laisser leur-s enfant-s en début de cours et se signaler avant de repartir, en fin de séance.

Fiche d'inscription – Saison 2019/2020

Pour les nouveaux pratiquants

Certificat médical

Je soussigné (nom du médecin),

.....
certifie avoir examiné

..... (nom/prénom),

qui ne présente pas à ce jour de contre-indication pour (rayer la mention inutile si nécessaire):

- le Taekwondo et disciplines associées
- le Sonmudo
- le Body taekwondo

Dans le cadre de (rayer la mention inutile si nécessaire):

- la pratique hors-compétition
- la compétition

Date :

Cachet et signature du médecin :

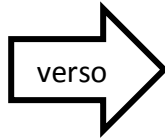


À conserver

TAEKWONDO DOJANG DE SAUMUR

TAEKWONDO DOJANG DE SAUMUR

Horaires & lieux des séances



Autorisation parentale (pour les mineurs uniquement)

JOURS	HORAIRES	COURS	LIEU
LUNDI	19h-20h30	Taekwondo ados/adultes (+12ans)	Dojo du Clos Coutard (rue du Clos Coutard)
	20h30-22h00	Sonmudo	
MERCREDI	18h30-19h15	Taekwondo enfants (6-12ans)	Espace sportif Petit-Anjou - Salle polyvalente (313 rue Robert Amy)
	19h30-21h00	Taekwondo ados/adultes (+12ans)	
VENDREDI	19h-20h30	Hapkido	
	20h40-21h45	Body taekwondo	

Je, soussigné (nom/prénom)

.....
.....

autorise mon enfant (nom/prénom),

.....
.....

à pratiquer le Taekwondo, ses Disciplines associées, le Sonmudo (rayer la mention inutile si nécessaire), y compris en compétition.

Le

à

Signature (du responsable légal) :

