



# ASM TAEKWONDO PAU

GYMNASÉ LAPUYADE

Avenue des Sayettes

64000 PAU



Site internet : <http://www.asm-taekwondo-pau.fr>

Rejoignez- nous sur Facebook !!

Email : [\\_dl.tdk@hotmail.fr](mailto:_dl.tdk@hotmail.fr)

## Coordonnées

[Dominique LAHON, président : 06 21 11 03 44](tel:0621110344)

[Philippe PAILLOT, entraîneur adultes : 06 28 65 31 41](tel:0628653141)

[Sylvain GIACOMINI, entraîneur enfants/adultes : 06 61 31 48 13](tel:0661314813)

[Mathieu PACCINI, entraîneur enfants/adultes : 06 76 40 57 05](tel:0676405705)

## HORAIRES D'ENTRAÎNEMENTS

	Enfants 8 / -14 ans	Ados/Adultes +14 ans
<b>Lundi</b>	Taekwondo 18h-19h	Taekwondo 19h-20h Body Taekwondo 20h-21h
<b>Mardi</b>		
<b>Mercredi</b>	Taekwondo 18h-19h	Body Taekwondo 19h-20h Taekwondo 20h-21h
<b>Jeudi</b>		Taekwondo 19h-20h30
<b>Vendredi</b>		
<b>Samedi*</b>		Taekwondo 14h30 - 16h

\*selon disponibilité des entraîneurs. L'information sera donnée en début de semaine



**2 cours d'essai gratuits**

## QUELLES APTITUDES ALLEZ-VOUS DEVELOPPER AU TAEKWONDO ?

Aptitudes	Comment ?
Souplesse	Etirements à chaque séance
Agilité	Déplacements / Coups de pieds / Coups de poing
Dépassement de soi	Travail de la combativité
Sérénité	Apprentissage de la maîtrise de soi
Activité physique régulière	Plusieurs créneaux hebdomadaires

**"Un esprit sain dans un corps sain"**

### POUR L'ENFANT

Aptitudes	Comment ?
<b>Valeurs éducatives</b>	Le Respect : des partenaires / des enseignants / de la salle d'entraînement / du matériel / des règles La Persévérance La Maîtrise de soi La Socialisation des plus jeunes
<b>Développement psychomoteur</b>	Equilibre, Coordination, Vitesse, Mémoire

## COTISATION

### TAEKWONDO

	AVEC PASSEPORT	SANS PASSEPORT
ENFANT (8 /-14 ANS)	185 €	165 €
ADOS (14ans) /ADULTE	235 €	215 €
ETUDIANT *	200 €	180 €
CEINTURE NOIRE	200 €	180 €

\* sur présentation de la carte étudiant

### BODY TAEKWONDO

Tarif unique → 160€

**Nouveauté  
2022-2023**

### TAEKWONDO + BODY TAEKWONDO

	AVEC PASSEPORT	SANS PASSEPORT
ADOS (14ans) /ADULTE	280 €	260 €
ETUDIANT *	250 €	230 €
CEINTURE NOIRE	250 €	230 €

\* sur présentation de la carte étudiant

#### Ce tarif comprend :

- Body Taekwondo :
  - La licence annuelle obligatoire : 35 € (reversée à la Fédération Française de Taekwondo)
  - La cotisation au club de taekwondo
- Taekwondo :
  - La licence annuelle obligatoire : 35 € (reversée à la Fédération Française de Taekwondo)
  - Le passeport sportif obligatoire et valable 8 ans : 20 € (reversé à la Ligue régionale de Taekwondo)
  - La cotisation Association Sportive Municipale de Pau : 15 € (reversée à l'ASM omnisports)
  - La cotisation au club de taekwondo.

#### Conditions de paiement

Tarif dégressif pour les adhésions multiples d'une même famille.

2 adhérents et plus : - 10% chacun sur la cotisation club.

Chèque	Payable en 3 fois. Chèques à fournir avec le dossier d'inscription. Ils seront encaissés sur 3 mois consécutifs
Espèce	En totalité, à fournir avec le dossier d'inscription

## DOCUMENTS A FOURNIR POUR L'INSCRIPTION

- o Un certificat médical obligatoire (Pour les détenteurs du passeport sportif, faire tamponner et signer par le médecin traitant la partie certificat médical, en face de la licence de l'année sportive, et nous joindre une photocopie).
- o 2 photos d'identité pour les nouveaux adhérents, 1 seule pour les adhérents inscrits l'année passée (pas de photocopie).
- o Photocopie recto-verso de la carte d'identité, du passeport ou du livret de famille.
- o L'autorisation parentale pour les moins de 18 ans.
- o Demande d'autorisation d'image.
- o Le règlement lu et signé.

**!\ TOUT DOSSIER INCOMPLET SERA REFUSE /\**

*Pour les nouveaux adhérents, comment avez-vous découvert le club de Taekwondo de Pau ?*

*Site internet*

*Bouche à oreille*

*Flyers*

*Page Facebook*

*Autre : .....*

<p style="text-align: center;"><b>FICHE D'INSCRIPTION</b> <b>ASM TAEKWONDO DE PAU</b></p>
---

NOM.....Prénom.....

Date de Naissance.....

Lieu de Naissance.....Nationalité.....

Adresse.....Ville.....

Code postal.....

Tél Adhérent : .....Profession.....

Email (**Obligatoire**).....

N° Passeport Sportif : .....N° Licence.....

Grade Actuel.....

Personne à prévenir si blessure : .....

N° Tél : .....

**Sport(s) choisi(s) (à cocher) :**

Taekwondo

Body Taekwondo

**Section (à cocher) :**

Enfants : 8 /- 14 ans

Ados-Adultes (+ 14 ans)

**Paiement :**

Chèque(s)\* : nombre \_\_\_\_

\*Tous les chèques sont à remettre le jour de l'inscription. Le 1 er versement doit être au minimum de 70€

Espèces

AUTORISATION PARENTALE (pour les mineurs)

Je soussigné(e) Mr/Mme .....

représentant(e) légal, autorise mon enfant dénommé ci-dessus à pratiquer le Taekwondo au sein du club ASM TAEKWONDO de PAU.

De plus,

- J'autorise
- Je n'autorise pas

Mon enfant à quitter le lieu d'entraînement seul à la fin du cours

le .....

Signature du représentant légal

**DEMANDE D'AUTORISATION D'IMAGE ASM  
TAEKWONDO DE PAU**

**Pour les adhérents majeurs**

Je soussigné(e).....

demeurant.....Ville.....

autorise l'ASM TAEKWONDO à diffuser mon image à des fins non lucratives pour servir le site internet de l'ASM TAEKWONDO, et renonce à toute contrepartie financière.

Le ...../...../.....

Signature de l'adhérent

.....

**Pour les adhérents mineurs**

Autorisation parentale

Je soussigné(e).....

demeurant.....Ville.....

- autorise
- n'autorise pas

L'ASM TAEKWONDO à diffuser l'image de mon enfant mineur (nom, prénom).....à des fins non lucratives pour servir le site internet de l'ASM TAEKWONDO, et renonce à toute contrepartie financière.

Le ...../...../.....

Signature (du représentant légal)

# ASM TAEKWONDO PAU

## REGLEMENT INTERIEUR

*⚠ Toutes les règles mentionnées ci-dessous sont à respecter aussi bien pendant les entraînements normaux que les entraînements libres. ⚠*

- 1 – La salle d'entraînement s'appelle le DOJANG. Il faut saluer le DOJANG à chaque entrée et sortie de celui-ci.
- 2 – Tous les bijoux, les montres et les chewing-gums sont interdits pendant la séance.
- 3 – Le DOBOK est la seule tenue permise lors des entraînements de Taekwondo, elle est obligatoire et doit être complétée par la ceinture correspondant au grade actuel de l'adhérent. Les chaussures de sport ne sont pas acceptées.
- 4 – La présence des parents aux entraînements est tolérée à condition qu'elle ne soit pas une présence active et compromettante au bon déroulement de ceux-ci.
- 5 – Un respect total des autres adhérents et des professeurs est exigé. Tout comportement perturbateur engendrera l'exclusion temporaire ou définitive du cours par l'enseignant.
- 6 – Toute sortie est interdite pendant l'entraînement sans la permission de l'entraîneur, et celle-ci doit être annoncée au début du cours.
- 7 – Aucun enfant mineur ne sera inscrit sans autorisation parentale.
- 8 – Les adhérents nécessitant un arrêt de sport et de taekwondo suite à une compétition ou à une activité extérieure devront présenter un certificat médical autorisant la reprise de l'activité.
- 9 – Les horaires d'entraînement doivent être respectés par respect pour l'enseignant et les pratiquants et pour éviter un manque d'échauffement conduisant à de possibles blessures.
- 10 – L'adhésion du pratiquant n'est effective qu'après retour du dossier d'inscription COMPLET et PAIEMENT de la cotisation.
- 11 – Parler politique et religion est strictement interdit dans le DOJANG. Tous signes d'appartenance à une religion est strictement interdits pendant les cours.
- 12 – L'état général de l'adhérent ne doit pas empêcher la bonne pratique de la discipline (consommation d'alcool ou de stupéfiants).
- 13 – Les pratiquantes doivent s'attacher les cheveux pour ne pas être gênées pendant l'entraînement.
- 14 – Tout comportement insolent envers son professeur entraîne l'exclusion immédiate et définitive de l'élève.

Règlement intérieur reconnu et accepté.

Le  
Signature