



Association Taekwondo Moudok Kwan • 2 rue Saint-Honoré • 75001 Paris

Téléphones : 01 40 26 17 39 • 06 62 89 37 05 • 06 85 53 33 44  
Site Internet : <http://moudok.fr/> • Adresse Électronique : [contact@moudok.fr](mailto:contact@moudok.fr)

## **STAGE INTENSIF ET PASSAGE DE GRADE TAEKWONDO DU JEUDI 14 AU DIMANCHE 17 MARS 2013**

**Dirigé par Maître CHOI Yoon-Soo**

**Centre sportif Suzanne Berlioux – Salle du gymnase  
Forum des Halles - Place de la Rotonde – 75001 Paris**

***Jeudi 14, vendredi 15 de 17h30 à 20h00***

***Samedi 3 mars de 18h à 20h00***

***Dimanche 17 mars (passage de grade)  
14h00 à 16h30***

**Tarif : 30€**

### **PROGRAMME DU STAGE :**

- Préparation physique
- Poomsaes
- Hochinsul (self défense)
- Techniques de combat
- Préparation passage de grade

### **BULLETIN D'INSCRIPTION STAGE DU 14 AU 17 MARS 2013**

Nom :  Prénom :

Date de naissance :  /  /  Age :

Téléphone :         Grade :

Mode de règlement 30€ (à cocher) : (et/ou)  Espèces :  Chèque :

**Chèque à l'ordre de TAEKWONDO MOUDOK KWAN.**

Rappel : Tout participant doit avoir remis lors de son inscription un certificat médical d'aptitude au Taekwondo.