



Séminaire ceintures noires
5^{ème} stage de préparation au jump 2016

La Commission des Grades a le plaisir de vous inviter à son séminaire de ceintures noires.

Conditions d'accès

- Etre ceinture noire de Taekwondo
- Etre en ordre de licence-assurance 2016

Moniteur

Decamps Alain J. (7^{ème} Dan – niveau 1 ADEPS)

Descriptif

Les ceintures noires se rassemblent pour revoir des techniques et en apprendre de nouvelles comme les Poomsaes supérieurs, les techniques d'hoshinsul, les techniques de couteaux et bâtons, les Il, Sam et Chokki.

Programme du jour

Les Poomsaes supérieurs, les techniques d'Hoshinsul, les techniques de couteaux et bâtons, les Il, Sam et Chokki

Date et heure

Date : 27 février 2016

Heures : 9h00-12h00

Lieu

Université Libre de Bruxelles
Faculté des Sciences de la Motricité
Campus Erasme – Bâtiment N
Route de Lennik, 808
1070 Bruxelles

Participation aux frais

10 €

Tenue

Dobok et chaussures de taekwondo

Renseignements

Decamps J. Alain: 0495/22.87.34 ou alainjackdecamps@gmail.com

Dewandre Olivier: 0477/89.75.74 ou dewandre.trolin@gmail.com

Secrétariat ABFT: 02/347.34.77

Remarques pratiques :

- Le stage commencera à l'heure. Soyez donc en tenue à 8h45
- Prendre son carnet de licence