

CTS Taekwondo

Sillans – Le Grand-Lemps – St-Etienne-de St-Geoirs-St-Jean-de-Bournay

Le CTS Taekwondo est une association membre de la Ligue AURA de Taekwondo avec quelque 5000 adhérents. Au côté de l'aspect sportif, le CTS Taekwondo développe l'engagement citoyen et s'engage pour la lutte contre les VHSS (Violences et Harcèlements Sexistes et Sexuels).

Outre les cours de Taekwondo technique et classique, les grands évènements comme les olympiades et la remise des trophées, le CTS organise aussi des stages de self-défense d'une journée ou d'un weekend.

Le CTS est partenaire des mairies, écoles, collèges et lycées et proposent de multiples activités.

Nos professeurs sont diplômés de la discipline et titulaire du BAFA et PSE1.

Voir toutes les infos sur notre site internet :

www.taekwondo38.jimdofree.com



HORAIRES ET TARIFS CLUBS

Vous souhaitez pratiquer un art martial. Le Taekwondo est un sport coréen. On frappe soit avec les pieds soit avec les poings.

Les créneaux horaires (horaires d'accueil) sont les suivants :

Lundi	16H00 - 18H30	6-11 ans	Le-Grand-Lemps - Foyer
Mardi	17H15 - 18H45	6-11 ans	SESG – Gymnase Daleure
Mardi	18H45 - 20H45	12-78 ans	SESG – Gymnase Daleure
Mercredi	16H15 - 17H45	3-5 ans	Sillans - Petite salle des fêtes
Mercredi	17H45 - 19H45	12-78 ans	Sillans - Petite salle des fêtes
Jeudi	16H30 - 18H30	6-11 ans	Sillans Salle polyvalente
Jeudi	20H00 - 22H00	12-78 ans	Le -Grand-Lemps - Espace Claude Terrasse
Vendredi	18H45 - 21H00	(sur demande)	Voiron Pôle de Vouise

Tarif annuel (incluant licence de 36 EURO)

	Adhésion	Passeport sportif
Enfant - 6 ans	110 €	0 €
Enfants - 12	160 €	25 €
Adulte	180 €	25 €

Voir toutes les infos sur notre site internet :

www.taekwondo38.jimdofree.com



ACTIVITES SPORT BIEN-ÊTRE

Le CTS Taekwondo organise pour les non-adhérents des séances de sport adaptés

Lundi matin à Sillans de 10H00 à 11H00 en salle ancienne mairie

Mardi matin à Le Grand-Lemps de 10H à 11H en salle Claude Terrasse

Tarif : 50 EURO pour 5 séances

Information www.taekwondo.jimdofree.com/SBE

ACTIVITE STAGE SELF-DEFENSE

Stage Self-Défense journée sur demande

Prix : 50 EURO, repas compris



OLYMPIADES

Le CTS organise des olympiades GRATUITES en Bièvre-Isère et Bièvre-Est.

Au côté du CTS Taekwondo, plusieurs disciplines sont présentes dont le Handball du BVH.

Grande course de 2 à 5 km par couple H/F ! Préinscriptions conseillées.

Des activités complémentaires comme le mur d'escalade, le slackline, le biathlon à lunettes et la réalité virtuelle sont aussi présentes.



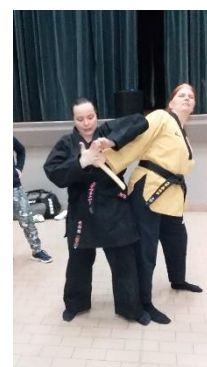
Horaires, emplacements, parking, préinscriptions, réservations :
www.taekwondo38.jimdofree.com/olympiades



STAGE SELF-EDEFENSE WEEKEND

Un stage de weekend de 12 à 16 participants du samedi 9H00 au Dimanche 17H30 se déroule au Belvédère de l'Obiou à St-Laurent de Beaumont selon le programme suivant :

Samedi		Dimanche	
9H00	Arrivée et café	08H00-10H00	Petit Dej. / Piscine
10H00-12H00	Cours self-Défense	10H00-12H00	Cours self-
Défense			
12H00-13H00	Repas et prise logement	12H00-13H00	Repas
13H00-18H00	Balade à la Pierre Percée	13H00-14H00	Libre et rendre
logement			
18H00-20H00	Piscine	14H00-16H00	Mise en situation
Self-Defense			
20H00-21H00	Repas	16H00-17H00	Bilan et remise
attestation			
21H00-22H00	Cours de Self-Défense	17H30	Départ de l'Obiou



Premier stage les 21 et 22/09/2024, prix : 240 EURO (hébergement et repas compris)

Information et inscription au 06 52 56 69 07 ou sur

www.taekwondo38.jimdofree.com/StageObiou



AMBITION CITOYENNE

L'objectif essentiel est de **valoriser les comportements et les apprentissages des licenciés dans leur vie courante.**

Pour se faire, les participants vont être évalués par leurs professeurs et encadrants sur les thèmes :

- Respect (4 badges)
- Engagement (3 badges)
- Solidarité (3 badges)
- Auto-critiques (4 badges)
- Engagement public (extra badges)

Les badges seront délivrés par l'enseignant avant les petites vacances et lors du dernier passage de grades de juin. Ils seront soit marqués sur votre carnet de badges (pour les moins de 11 ans) soit enregistrés sur l'application Echos-Life de votre téléphone (si vous en avez un) pour les plus de 11 ans. Ils seront toujours aussi enregistrés sur l'application Echos-Life afin de pouvoir être suivis par les parents et l'entraîneur. Le carnet vous sera remis à l'inscription si besoin.

Ce carnet est différent du passeport sportif qui demeure payant et obligatoire aux passages de grades.

Les participants ayant obtenus les 14 badges obtiendront leur Méta Badge lors de Lempsi'Loisirs. Un cadeau leur sera alors remis conjointement par Mme le Maire du Grand-Lemps et un représentant de Ligue AURA pour récompenser leurs connaissances de la citoyenneté.

Pour plus d'information, demander à l'entraîneur.

