



Le TaekwonDo est une discipline des Jeux du Québec, des Jeux du Canada et des Jeux Olympiques, ce qui implique des normes de sécurités très strictes. Les règlements de compétitions font en sorte que l'utilisation des jambes est fortement avantaagé, ce qui caractérise le TaekwonDo au niveau de l'esthétique des combats de compétitions.



## DRUMMONDVILLE OLYMPIQUE

Complexe Sportif  
1380, rue Montplaisir  
Drummondville (Québec) J2C 0M6  
819-478-1486



### Pour plus d'informations :

Pascal Genest, Directeur  
819-857-4140

info@drummondtkd.com

[www.DrummondTKD.com](http://www.DrummondTKD.com)



# TaeKwonDo

## SPORTIF DRUMMONDVILLE

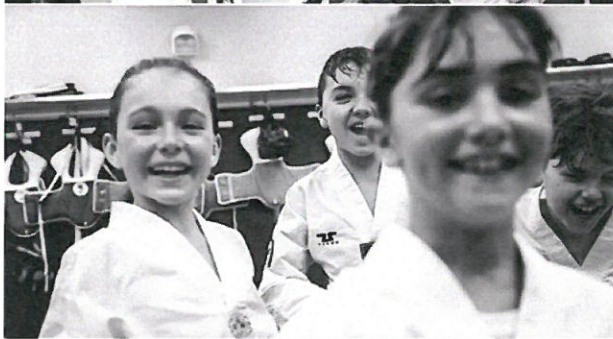


[www.DrummondTKD.com](http://www.DrummondTKD.com)



## Mission de notre école

Développer, à travers un sport Martial qui offre mise en forme et dépense d'énergie, des esprits de champions humbles et déterminés devant les défis, courageux dans l'adversité, persévérant devant les difficultés et respectueux envers leurs prochains, qui contrôleront leur corps et leur esprit afin d'atteindre un équilibre dans leur vie.



## PROGRAMME TaeKwonDo

Tout en pratiquant dans la philosophie et les valeurs morales de l'Art Martial, le programme régulier se concentre sur les aspects plus modernes et sportifs du TaeKwonDo, qui aujourd'hui est une discipline typiquement olympique. Nous pratiquons donc les deux types de combats : Le Style Olympique (WT), où les techniques de coup de pieds sont grandement avorisées, et nous pratiquons aussi le style traditionnel (ITF), où les techniques de frappes avec les mains sont tout aussi sollicitées pendant le combat.

Débutants	Âge	Fréquence	Durée	Jours	Début	Fin	Prix
TaeKwonDo - Débutants (Blanche à Blanche I)	6-8ans	2 x sem.	11 sem	Jeu Sam	18h00 10h30	19h00 11h30	125
TaeKwonDo - Débutants Gr.01 (Blanche à Blanche I)	9-12ans	2 x sem.	11 sem	Mardi Jeu	19h00 18h00	20h00 19h00	125
TaeKwonDo - Débutants Gr.02 (Blanche à Blanche I)	9-12ans	2 x sem.	11 sem	Jeu Sam	18h00 11h30	19h00 12h30	125
TaeKwonDo - Débutants (Blanche à Blanche I)	13ans et +	2 à 3 x sem.	11 sem	Mar Jeu (Sam)	19h00 19h00 (12h30)	20h00 20h00 (13h45)	125
*avec avancés							
Intermédiaires	Âge	Fréquence	Durée	Jours	Début	Fin	Prix
TaeKwonDo - Intermédiaire (Jaune à verte I)	6-8ans	2 à 3x sem.	11 sem	Mardi Jeu Sam	18h00 18h00 10h30	19h00 19h00 11h30	150
TaeKwonDo - Intermédiaire (Jaune à verte I)	9-12ans	2 à 3x sem.	11 sem	Mar Jeu Sam	19h00 18h00 11h30	20h00 19h00 12h30	150
TaeKwonDo - Intermédiaire (Jaunes à verte I)	13ans et +	2 à 3x sem.	11 sem	Mar Jeu Sam	19h00 19h00 12h30	20h00 20h00 13h45	150
Avancés	Âge	Fréquence	Durée	Jours	Début	Fin	Prix
TaeKwonDo - Avancés (bleue et +)	12ans et +	3x sem.	11 sem	Lun Mer Ven	17h30 17h30 16h30	19h00 18h45 18h00	165
TaeKwonDo - Avancés (bleue et +)	13ans et +	3x sem.	11 sem	Lundi Jeu Sam	19h00 19h00 12h30	20h30 20h30 14h00	165

Tarifs et horaires sujets à changements,  
visitez site web pour informations à jours :  
[www.drummondtkd.com](http://www.drummondtkd.com)

## PROGRAMME MiniKicks

Programme récréatif développé pour les jeunes enfants qui en sont à leur première activité sportive ou qui s'initient au TaeKwonDo. À travers différents jeux et activités spécifiques au TaeKwonDo, l'enfant développe à son rythme, les habiletés motrices et les comportements nécessaires non seulement ans le TaeKwonDo mais aussi dans bon nombre de sports. Dans ce programme, la présence des parents est permise à l'intérieur, et ceux-ci peuvent contribuer activement à l'évolution de leurs jeunes via différentes activités de jeux.

MiniKick	Âge	Fréquence	Durée	Jours	Début	Fin	Prix
MiniKick : débutants	4-6ans	1x sem.	10 sem.	Sam	8h00	8h45	95
MiniKick : avancés	4-6ans	1x sem.	10 sem.	Sam	8h45	10h30	95

## PROGRAMME RécréoKick

Ce programme est idéal autant pour débutants et avancés, seuls ou en familles, qui veulent pratiquer le TaeKwonDo sans faire de combats. On y retrouve les mêmes activités de mise en forme et les même techniques que dans les cours réguliers : cardio, étirements, techniques d'esquives, de frappes et de blocage etc. Les pratiquants ne portent pas d'uniformes officiels ni de grade de ceintures.

RécréoKick	Âge	Fréquence	Durée	Jours	Début	Fin	Prix
RécréoKick : pour tous	7ans et +	1x sem.	10 sem.	Jeu	18h00	19h00	95
RécréoKick : pour tous	7ans et +	1x sem.	10 sem.	Sam	9h30	10h30	95

