



PARIS UNIVERSITE CLUB

l'Esprit Sports



BOXE THAÏ

MUAY THAÏ

Dès 15 ans

2018-2019



www.puc.paris/boxe-thai

PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

reprise le lundi 3 septembre 2018

TOUS NIVEAUX MIXTES

Dojo Espace Sud CiuP

Lundi	20h00 à 22h00	(Cité Internationale Universitaire de Paris)
Mercredi	20h00 à 22h00	(Cité Internationale Universitaire de Paris)
Vendredi	20h30 à 22h00	(Gymnase Université Paris Diderot)

Dojo Espace Sud CiuP

17 boulevard Jourdan
75014 PARIS

Rer B Cité Universitaire
Tram T3 Cité Universitaire

Gymnase Paris Diderot

9 rue de la Croix Jarry
75013 PARIS

Tram T3 Avenue de France
Rer C et Métro ligne 14 :
Bibliothèque F. Mitterrand

EQUIPEMENT INDIVIDUEL OBLIGATOIRE

- short de boxe thaï
- tee-shirt
- gants de boxe
- Bandes
- casque
- protège-tibias
- protège-dents
- Coudières
- Coquille
- Corde à sauter



Ces équipements sont disponibles auprès du responsable pédagogique Dieudonné MENOUGA

INFORMATIONS GENERALES

La boxe thaï ou **Muay thaï**, « boxe du peuple Thaï » parfois appelée boxe thaïlandaise, est un art martial et un sport de combat, créé pour les militaires thaïlandais au XVI^{ème} siècle.

Il est classé en occident parmi les boxes pied-poings (BPP), c'est-à-dire les boxes dites « sportives ».

La boxe thaïlandaise trouve son origine dans des pratiques martiales ancestrales, notamment dans ce qu'on appelle en occident le Muay boran (boxe traditionnelle) et le Krabi krabon (pratique avec des armes) qui, tout comme la boxe thaïlandaise nécessitent des aptitudes physiques telles que **souplesse, réflexes, puissance** et **force**, mais aussi des aptitudes mentales comme la **volonté** et le **courage**.

Responsable pédagogique :
Dieudonné MENOUNGA

Diplômes :

Diplômé d'Etat : BPJEPS, DEJEPS et DESJEPS

Diplômé d'université en Préparation physique et Réathlétisation



INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

Vous devez impérativement vous munir des documents suivants :

- 2 photos d'identité
- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique de la Boxe Thaï - Muay Thaï** datant de moins de **3 mois** (obligatoire)
- Le règlement intégral de votre cotisation (possibilité de la payer en 3 fois : 3 chèques)
- La carte d'étudiant (si besoin)

Le PUC accepte les Tickets Loisirs (CAF), les Coupons Sports (ANCV) et les Réduc'Sports pour les parisiens.

Tarifs (licence incluse) : Tarifs du 1er janvier au 31 mars :

Etudiant	325 €	Etudiant	260 € (licence incluse)
Actif	425 €	Actif	340 € (licence incluse)

1 séance d'essai gratuite [avec certificat médical]

CONTACT

PARIS UNIVERSITE CLUB

17, avenue Pierre de Coubertin
75 013 Paris
01 44 16 62 62

accueil@puc.asso.fr
www.puc.paris

Section Boxe thaï -Muay thaï

Dieudonné MENOUNGA 07 78 66 23 24

eledieudonne@gmail.com

 PUC-Paris Université Club  PUC_1906  puc.paris  Paris université club

ACCES

RER B : Cité Universitaire
Tram 3 : Stade Charléty
BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly

MAIRIE DE PARIS 

