



**PARIS UNIVERSITE CLUB**

*l'Esprit Sports*



# BOXE THAÏ

## MUAY THAÏ

Dès 14 ans

2019-2020



[www.puc.paris/boxe-thai](http://www.puc.paris/boxe-thai)

# PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

reprise le lundi 9 septembre 2019

## TOUS NIVEAUX MIXTES

### Dojo Espace Sud CiuP

Lundi	20h à 22h (Cité Internationale Universitaire de Paris)
Mercredi	20h à 22h (Cité Internationale Universitaire de Paris)
Vendredi	20h30 à 22h (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 MENOUNGA

# 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<sup>ème</sup> siècle.

Il est classé en occident parmi les boxes pied-poings (BPP), c'est-à-dire les boxe 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 multi-boxes (boxe thaï et Kick Boxing-K1 Rules) :

Etudiant	<b>325 €</b>	Etudiant	<b>375 €</b> (licence incluse)
Actif	<b>425 €</b>	Actif	<b>475 €</b> (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 MOUNGA 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

