

Dès 14 ans

2020-2021




# PARIS UNIVERSITÉ CLUB BOXE THAI



[www.puc.paris/boxethai](http://www.puc.paris/boxethai)

 PUC – Paris Université Club

 [puc.paris](https://www.instagram.com/puc.paris)



# INFORMATIONS GÉNÉRALES

## UN SPORT DE COMBAT

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 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**.



# PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

Reprise le lundi 7 septembre

## TOUS NIVEAUX MIXTES

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)

## ÉQUIPEMENTS INDIVIDUELS OBLIGATOIRES

- Short de boxe thaï
- Gants de boxe
- Casque
- Protège-dents
- Coquille
- Tee-shirt
- Bandes
- Protège-tibias
- Coudières
- Corde à sauter

**Ces équipements sont disponibles auprès du responsable pédagogique  
Dieudonné MOUNGA**

## RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE

**Dieudonné MOUNGA**

Diplômes :

Diplômé d'Etat : BPJEPS, DEJEPS et DESJEPS

Diplômé d'université en Préparation physique et Réathlétisation



# INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

INSCRIPTION	BOXE THAÏ		MULTI BOXE (Boxe Thai + Kick Boxing)	
	Actif	Etudiant	Actif	Etudiant
Annuelle	425€	325€	475€	375 €
Trimestrielle	180€			/
Mensuelle	60€			/
A la séance	15€			/

#### Pièces à fournir

· 2 photos d'identité

- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique de la Boxe Thaï - Muay Thai** 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.**

## CONTACT

### PARIS UNIVERSITÉ CLUB

17, avenue Pierre de Coubertin  
75013 Paris  
01 44 16 62 62  
accueil@puc.paris  
www.puc.paris

### SECTION BOXE THAÏ

Dieudonné MOUNGUA  
07 78 66 23 24  
boxethai@puc.paris

## ACCÈS

### Dojo Espace Sud Ciur

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

