

Dès 16 ans

2021-2022




PARIS UNIVERSITÉ CLUB BOXE THAI



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 thai**, « 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**.



PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

Reprise le lundi 6 septembre

Les cours sont dispensés par **Dieudonné MENOUNGA**

Entraîneur diplômé d'Etat et formateur fédéral à la Fédération Française de de Kickboxing, Muay Thai et Disciplines Associées (FFKMDA)

TOUS NIVEAUX MIXTES

Lundi 20h-22h - Cité Universitaire de Paris

Mardi 20h-22h - Cité Universitaire de Paris

Mercredi 20h-22h - Cité Universitaire de Paris

Jeudi 20h-22h - Cité Universitaire de Paris

Vendredi 20h30-22h - Gymnase Université Paris Diderot
(compétiteurs)

ÉQUIPEMENTS INDIVIDUELS OBLIGATOIRES

- Short de boxe thaï
- Gants de boxe
- Casque
- Protège-dents
- Coquille

- Tee-shirt
- Bandes
- Protège-fibias
- Coudières
- Corde à sauter

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



INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

INSCRIPTION

Annuelle
Trimestrielle
Mensuelle
A la séance

BOXE THAÏ

	Actif	Etudiant
	475€	350€
	170€	130€
	70€	50€
		12€

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 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.

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 Ciuv

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

