



PARIS UNIVERSITE CLUB

l'Esprit Sports

LUTTE

2017-2018

Dès 16 ans



www.puc.paris/lutte

PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

Reprise le lundi 9 octobre 2017- Fin des cours le 30 juin 2018

TOUS NIVEAUX MIXTES

Salle Bréguet (NOUVEAU !) 27 rue Bréguet Paris 11e - métro Bréguet-Sabin

Lieu ; Salle de danse munie de tapis (en attendant la réception de la salle de Lutte)

Lundi	19h à 20h30 et 20h30-22h Lutte
Mercredi	19h à 20h30 et 20h30-22h Lutte
Vendredi	19h à 20h30 et 20h30-22h Lutte

6 créneaux de Lutte !



Salle BREGUET

27 rue Bréguet

75011 PARIS

Métro Bréguet-Sabin ligne 5

Métro Voltaire ligne 9

Espace dédié à la Lutte!

INFORMATIONS GENERALES

Il existe 3 styles olympiques : la lutte **gréco-romaine**, la lutte **libre**, la lutte **féminine**.

Chaque année, dans chacun des 3 styles, ont lieu des championnats mondiaux (excepté les années olympiques) ainsi que des championnats continentaux. Ces trois styles sont également représentés aux Jeux Olympiques tous les quatre ans.

La lutte gréco-romaine fut le premier style à figurer au programme des Jeux Olympiques modernes d'Athènes en 1896. Elle reste un des piliers de l'olympisme et est certainement le style le plus connu.

La lutte libre est la plus pratiquée dans le monde. Elle fait son entrée au programme olympique des jeux modernes en 1904 à Saint Louis.

La lutte féminine

Longtemps considérée comme une discipline masculine par excellence, la lutte n'est plus l'apanage des hommes. Elle est représentée pour la première fois aux JO d'Athènes en 2004.



Équipement individuel obligatoire

Les premières séances d'essai peuvent se faire avec une tenue légère de sport (short et t-shirt). Au-delà, le professeur vous conseillera afin d'acquérir un équipement de Lutte agréé. Une hygiène individuelle irréprochable est exigée.

INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

Vous devez impérativement vous munir des documents suivants :

- 1 photo d'identité.
- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique de la Lutte** datant de moins de 3 mois.
- Le règlement intégral de votre cotisation
- Carte d'étudiant (si besoin)
- Votre licence fédérale si vous êtes déjà licencié

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

La **licence fédérale est incluse** dans les tarifs annuels ci-dessous :

Etudiants (- de 28 ans)	210 €
Actifs	290 €

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 Lutte

Renseignements : 06 63 98 65 74
E-mail: taslamat@gmail.com

Ou renseignements sur les lieux et horaires d'entraînement.

Site : www.puc.paris/lutte



ACCES

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

MAIRIE DE PARIS



ambassadeur
.paris



DEVELOPPONS ENSEMBLE
L'ESPRIT D'EQUIPE SOCIETE GENERALE

