



# PARIS UNIVERSITE CLUB

*l'Esprit Sports*



# LUTTE

Dès 16 ans

2018-2019



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

# PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

Reprise le lundi 3 septembre 2018 - Fin des cours le 30 juin 2019

## TOUS NIVEAUX MIXTES

**Salle Bréguet (NOUVEAU !)** 27 rue Bréguet Paris 11<sup>e</sup> - métro Bréguet-Sabin

**Lieu : Salle de Lutte ultra-moderne, sans comparaison en Ile de France !**

**Lundi** 19h à 20h30 et 20h30-22h **Lutte**

**Mercredi** 19h à 20h30 et 20h30-22h **Lutte**

**Dojo ESPACE SUD - 17 boulevard Jourdan—Paris 14<sup>e</sup> métro-RER Cité Universitaire**

**Vendredi** 20h00-22h **Lutte**

**5 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.



## **Equipement 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 ci-dessous :

Tarifs dégressifs à partir de janvier 2019

Etudiants ( - de 28 ans)

**210 €**

*février : 190€ | mars : 170€ | avril : 150€ | mai : 130€ | juin : 90€*

Actifs

**270 €**

*février : 250€ | mars : 230€ | avril : 210€ | mai : 190€ | juin : 130€*

## 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](http://www.puc.paris/lutte)

 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



Essentiel pour moi



ambassadeur  
.paris



DEVELOPPONS ENSEMBLE  
L'ESPRIT D'EQUIPE  SOCIETE GENERALE

