



PARIS UNIVERSITE CLUB

l'Esprit Sports

FFLUTTE

Apprendre

l'ENGAGEMENT
pour gagner en confiance

le RESPECT
pour grandir dans la vie

la PERSÉVÉRANCE
pour repousser ses limites

le PARTAGE
pour prendre du plaisir en club

l'HUMILITÉ
pour apprécier la victoire

LUTTE

Dès 16 ans

2018-2019



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^e - 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^e 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 annuels ci-dessous :

Etudiants (- de 28 ans)	230 €
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

 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



ambassadeur
.paris



DEVELOPPONS ENSEMBLE
L'ESPRIT D'EQUIPE  SOCIÉTÉ GÉNÉRALE

