



PUC.PARIS



PUC.PARIS



PUC - PARIS UNIVERSITE CLUB



PUC@1906

PARIS UNIVERSITE CLUB

LUTTE

A PARTIR DE 6 ANS
2024 - 2025



INFORMATIONS

GENERALES

La Lutte, sport olympique en plein cœur de Paris dès 6 ans et pour tous les niveaux.

La lutte vous permet de mieux vous connaître, surpasser et améliorer vos qualités techniques et physiques comme : la coordination, la vitesse, la force, l'adresse, la souplesse, le cardio.

La Lutte est largement reconnue au sein du milieu scolaire pour ses vertus éducatives et sa facilité de mise en œuvre. Elle est à l'heure actuelle, très fréquemment utilisée à l'école primaire et au collège

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

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.



LIEUX D'ENTRAINEMENTS

SALLE BREGUET

27 rue Breguet

75011 Paris

Métro Bréguet-Sabin ligne 5

Métro Voltaire ligne 9



PLANNING ET LIEUX DES ENTRAINEMENTS

Reprise des cours le X Septembre 2024

ENFANTS - TOUS NIVEAUX MIXTES de 6 à 16 ans

Lutte 6 - 8 ans	Mercredi	14h00 - 15h00	Salle Bréguet
Lutte 9 - 12 ans	Mercredi	15h00 - 16h00	Salle Bréguet
Lutte 13 - 16 ans	Mercredi	16h00 - 17h00	Salle Bréguet

ADULTES - TOUS NIVEAUX MIXTES

Lutte Adultes	Lundi	19h00 - 20h30 20h30 - 22h00	Salle Bréguet
	Mercredi	19h00 - 20h30 20h30 - 22h00	Salle Bréguet

INSCRIPTIONS ET COTISATIONS



COURS	TARIFS			
	Annuel	Trimestriel	Mensuel	A la séance
Enfants 6 à 10 ans	240 €			
Jeunes 11 à 16 ans	250 €			
Etudiant - 28 ans	260 €	170 €	85 €	15 €
Actif	320 €			

Toute inscription au Paris Université Club est définitive et aucun remboursement ne sera accordé.

Le PUC accepte les Tickets Loisirs (CAF75), les ANCV (Coupons Sports et Chèques Vacances), les Pass'Sports, LABAZ (nouvelle aide pour les 15 -17 ans de la région IDF) et les Réduc'Sports pour les parisiens.

Pièces à fournir

- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la pratique de la Lutte datant de moins de 3 mois.
- Répondre au questionnaire relatif à l'état de santé établi par le ministère des sports. S'il est répondu « oui » à l'une des questions, il est alors demandé de consulter un médecin qui devra établir un certificat médical. S'il est répondu « non » à toutes les questions, vous devrez fournir une attestation et conserver le questionnaire.
- Le règlement intégral de votre cotisation
- Carte étudiante (si besoin)
- Votre licence fédérale si vous êtes déjà licencié



CONTACT ET ADRESSES

PARIS UNIVERSITÉ CLUB

17 Avenue Pierre de Coubertin

75013 PARIS

01 44 16 62 62 / accueil@puc.paris

www.puc.paris

SECTION LUTTE

Iurie Bejenari
06 63 98 65 74
lutte@puc.paris

