

## **CAMP DE TAEKWONDO À CHARMEY**

Les clubs de Fribourg et Bulle se joindrons le week-end du **25-26 novembre** pour partager un week-end de Taekwondo à la colonie Viva Gruyère des Dents Vertes. Une expérience enrichissante pour chaque pratiquant de cet art martial.

Voici le programme :

<b>Samedi</b>	<b>08h-9h</b>	Arrivées et prise des locaux
	<b>10h-12h</b>	Taekwondo
	<b>12h-13h30</b>	Dîner
	<b>14h-16h</b>	Taekwondo
	<b>17h-19h</b>	Bains thermaux de la Gruyère ou Piscine couverte
	<b>20h-21h</b>	Souper
	<b>21h-21h30</b>	Soirée animée
<b>Dimanche</b>	<b>08h-09h</b>	Petit-déjeuner
	<b>09h30-12h</b>	Taekwondo en plein air
	<b>13h-14h</b>	Lunch
	<b>&gt;14h</b>	Départ

Entre convivialité, esprit sportif et détente, ce week-end à Charmey vous promet des moments inoubliables. Vous pourrez profiter de l'expérience de Me Dieu Song 7<sup>e</sup> Dan et de Victor Francey 3<sup>e</sup> Dan pour renforcer votre apprentissage du Taekwondo mais vous aurez aussi le loisir de vous détendre dans les bains thermaux ou de vous amuser dans la piscine couverte de Charmey.

Si vous souhaitez y prendre part, merci de retourner le coupon de la page suivante à vos instructeurs respectifs, jusqu'au vendredi **27 octobre 2017** !

Vous y trouverez aussi le matériel nécessaire au bon déroulement du camp.

Accès :

- Un parking gratuit est disponible.
- Bus n°260 depuis Bulle gare. Sortie Charmey, Le Chêne (+100m à pied)
- Navette en mini bus départ du centre de Tennis à Bulle. (sous inscription et seulement si aucun autre moyen, car places limitées !)

Matériel indispensable :

- Dobok et ceinture
- T-shirts
- Chaussures de sport extérieur + intérieur
- Chaussons
- Habits chauds pour sport extérieur
- K-way
- Maillot de bain
- Linge
- Affaires de douche et trousse de toilette
- Sous-vêtements
- Sac de couchage
- Bonne humeur !

Coupon à rendre à l'instructeur

Nom : \_\_\_\_\_

Je suis (cochez)	<input type="checkbox"/> Adulte ( $\geq 16ans$ )	Je souhaite aller	<input type="checkbox"/> Aux bains (Chf 110.-)		
			<input type="checkbox"/> A la piscine (Chf 100.-)		
	<input type="checkbox"/> Jeune (<15ans)	Je souhaite aller	<input type="checkbox"/> Aux bains (Chf 100.-)		
			<input type="checkbox"/> A la piscine (Chf 95.-)		
Je souhaite profiter du mini bus pour		<input type="checkbox"/> L'aller	<input type="checkbox"/> Le retour	<input type="checkbox"/> L'aller-retour	
Spécificité régime alimentaire (végétarien, sans porc, allergies, etc)		_____			

Tout est inclus dans le forfait. (Logement, nourriture, boissons, sport, entrée aux bains/piscine, taxes de séjours).

Tout comme pour les entraînements au Club, les organisateurs déclinent toutes responsabilités en cas d'accident. Les organisateurs se réservent également le droit de modifier le programme, et/ou le cas échéant, d'annuler le camp. Dans ce cas, le forfait sera remboursé dans son intégralité.

Date : \_\_\_\_\_ Signature (représentant légal pour mineur -18ans)