

## Cotisation 2023/2024

**ENFANT ( CP-CM2 )** **120 €**

**ADO / ADULTE** **150 €**

- **Uniforme inclus !**
- **Trois séances d'essai gratuites**
- Adhésion possible en cours de saison (cotisation dégressive)
- Gratuit pour les réfugiés

## Aides à l'adhésion

- Ville de Fontaine : **20 à 35 €** selon éligibilité  
Formulaire à remplir : [tinyurl.com/aide-23-24](http://tinyurl.com/aide-23-24)
- Carte Tattoo Isère (collégiens) : **60 €**
- Pass'Régiion (lycéens) : **60 €** fille, **30 €** garçon
- Pass'Sport : **50 €** (ARS, étudiants boursiers ...)

## Modes de règlement

### En une fois

- Virement bancaire – recommandé  
Titulaire : FONTAINE TAEKWON-DO  
IBAN : FR76 1390 6001 8778 8041 9100 034  
BIC : AGRIFRPP839
- Carte bancaire – HelloAsso  
Flashez le QR code ci-contre, ou visitez [tinyurl.com/cotisation-23-24](http://tinyurl.com/cotisation-23-24)
- Espèces



### En une à trois fois

- Chèques – encaissés mensuellement à l'ordre de « FONTAINE TAEKWON-DO »

## Adhérer en ligne

Flashez l'un des QR codes ci-dessous et remplissez le formulaire.

### Enfant / Ado



[tinyurl.com/enfant-23-24](http://tinyurl.com/enfant-23-24)

### Adulte (18+)



[tinyurl.com/adulte-23-24](http://tinyurl.com/adulte-23-24)

Une fois l'adhésion validée, le Bureau vous communiquera les justificatifs à présenter en cas d'éligibilité à certaines aides, ainsi que le montant à régler pour finaliser l'adhésion.

### Adhésion familiale

Si vous adhérez vous-même, remplissez d'abord votre propre formulaire ; cela facilitera la saisie des formulaires de vos enfants.

 [asf.taekwondo@gmail.com](mailto:asf.taekwondo@gmail.com)

 **07 55 62 65 54**

 [fontainetkd.fr](http://fontainetkd.fr)

 [fb.me/fontainetkd](https://fb.me/fontainetkd)

 [@fontainetkd](https://www.instagram.com/fontainetkd)

Fontaine Taekwon-Do — SIRET n°79932317500015  
Maison des sportifs, Parc Karl Marx, 38600 FONTAINE

Imprimé par RAPIDFLYER — NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



# FONTAINE TAEKWON-DO

Association sportive de Taekwon-Do ITF, un **art martial** coréen moderne alliant combat sportif, self-défense et pratique traditionnelle.

## Enfants (6-9)

**Lundi : 17h15 – 18h, Bergès**

**Mercredi : 16h30 – 17h15, Bergès**

## Ados (9-17)

**Mercredi : 17h15 – 18h, Bergès**

## Ados / Adultes

**Lundi : 18h – 19h30, Bergès**

**Mercredi : 19h30 – 21h, dojo La Rizza**

**Samedi (1<sup>er</sup> du mois) : 10h – 11h30, dojo LR**

## Uniformes (doboks)

Un uniforme avec ceinture blanche est **inclus** dans l'adhésion annuelle. Toutefois, il est possible d'en acheter un second au prix de **20 €** (neuf) ou 10 € (occasion, sous réserve de disponibilité).

### Échanger un dobok enfant

Dans une démarche éco-responsable, retourner un dobok devenu trop petit donne droit à un bon de **réduction de 5 €** valable sur l'achat d'un dobok neuf ou d'occasion (suivant disponibilités).

## Protections de combat

Les protections de combat (gants, bottes, casques, plastrons) sont mises à disposition **gratuitement** par le club lors des entraînements.

Des **protections individuelles** sont disponibles à la vente à des prix défiant toute concurrence : protège-dents 2 €, coquille 5 €, protège-tibias 10 €.

## Boutique HelloAsso

Les uniformes et protections sont en vente sur notre boutique HelloAsso, où vous trouverez également le **T-shirt** du club !



[tinyurl.com/boutique-tkd](https://tinyurl.com/boutique-tkd)



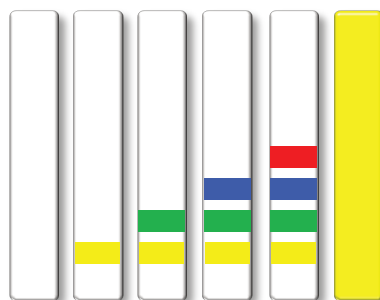
## Grades ado / adulte



Le Taekwon-Do compte **10 grades** de couleurs : 5 ceintures et 5 barrettes intermédiaires, ainsi que 9 grades de ceinture noire (ou « dan »).

Un **manuel de l'élève** gratuit au format PDF est envoyé quelques semaines avant chaque passage. Il comprend un syllabus détaillé des connaissances requises à l'obtention de chaque grade.

## Grades enfant



Les enfants commencent à la ceinture blanche et reçoivent une **barrette** de couleur à chaque passage réussi.

Ils peuvent ensuite passer la **ceinture jaune**. En cas de réussite, ils sont **promus** à la section ado/adulte.

Si un enfant atteint l'âge requis (9/10 ans) avant la ceinture jaune, il poursuit le syllabus enfant au sein de la section ado/adulte.

## Passages de grade

Nous organisons en général **deux passages** de grade par an : un premier en janvier/février et un second en mai/juin.

Les passages de grade sont entièrement **gratuits** pour les enfants, ainsi que pour les adultes avant la ceinture noire. Les ceintures de couleur remises lors des passages sont également gratuites.

## Fédérations

Notre association est affiliée à la fédération « Sports pour tous. » Tous les adhérents en deviennent licenciés et bénéficient de son assurance responsabilité civile et accidents corporels. Le coût de la licence et de l'assurance sont inclus dans la cotisation.

Nous sommes également affiliés à la fédération « Taekwon-Do ITF France. »



## Notre instructrice bénévole

Cassandra White est australienne et ceinture noire 4<sup>ème</sup> dan. Elle a commencé le Taekwon-Do en 2003, enseigne depuis 2006, et a notamment représenté l'Australie aux championnats du monde en 2009 et à la coupe Asie-Pacifique en 2014.

Cassandra a repris les rênes du club avec son mari Axel en septembre 2019.