



Fiche de demande d'inscription en qualité de membre actif 2008/2009
ACADEMIE de SELF-DEFENSE de MONACO
 (A.S.D.M.)
KICK-BOXING - KICK-BOXING DEFENSE - KRAV-MAGA
Cours séparés enfants 10/13 ans et Ados dès 14 ans - Adultes
 www.monaco-arts-martiaux.com

7, rue Suffren Reymond - MC98000 MONACO - Tél. +377 (0)6 07 93 31 36 - +377 93 30 20 50

KICK-BOXING & SELF-DEFENSE
 PHOTOS
15 €
 A déduire du coût de l'inscription joint au règlement avant le 31 août 2008

I. - ENTRAINEMENTS : Salle de boxe du Stade Louis II

DEUX COURS AU CHOIX par semaine de septembre 2008 à juin 2009 (sauf jours fériés / vacances scolaires)

Horaires	Mardi	Jeudi
18 H 00 19 H 00	KICK-BOXING (10 / 13 ans - tous niveaux)	KICK-BOXING (10 / 13 ans - tous niveaux)
19 H 00 20 H 15	SELF-DEFENSE (KICK-BOXING DEFENSE) ADULTES - ADOS dès 14 ans	KICK-BOXING ADULTES - ADOS dès 14 ans
20 H 15 21 H 30	KICK-BOXING ADULTES - ADOS dès 14 ans	SELF-DEFENSE (KRAV-MAGA) ADULTES - ADOS dès 14 ans

II. - TARIFS (Forfait annuel comprenant la participation au cours, la licence fédérale et les frais de dossier)

Résident à Monaco (ou ex membre de l'Académie d'Arts Martiaux ou de karaté de Cap d'Ail)	350 €
Autres	400 €

III. - LE REQUERANT CI-APRES DESIGNE

Nom : Prénom : Date de naissance :
 Nationalité : Adresse :
 Tél. : Tél. prof. : Mail :
 - **SOLLICITE son admission en qualité de membre actif pour la pratique des sports précités choisis à l'A.S.D.M.**
 les mardi - discipline : horaire : et jeudi - discipline : horaire : /
 - **Déclare être en possession d'un certificat médical d'aptitude datant de moins de trois mois à la pratique des sports choisis.**] Date : Signature :
 - **S'engage** au respect des statuts de l'A.S.D.M.
 - est informé que, conformément à la loi réglementant les traitements d'informations nominatives, il dispose d'un droit d'accès et de rectification, d'opposition, de suppression, des informations le concernant. Le requérant peut nous en informer par écrit.

IV. - ASSURANCE (IMPORTANT !)

Le requérant est informé que :
 I. - L'A.S.D.M. **N'EST PAS** titulaire d'une couverture d'assurance individuelle accident (blessures involontaires) pour ses membres mais seulement d'une couverture minimale en responsabilité civile. En conséquence, au regard des risques de dommages corporels pouvant éventuellement survenir, l'A.S.D.M. recommande donc vivement au requérant de contracter une telle couverture d'assurance hors de l'A.S.D.M. **LA PARTICIPATION EFFECTIVE du requérant au COURS DECOUVERTE GRATUIT** ou (une fois le requérant inscrit) aux **ENTRAINEMENTS REGULIERS VAUT ACCEPTATION IRREVOCABLE de ces conditions.**
 II. - Des formulaires de couverture d'assurance individuelle accident (assurance complémentaire) lui ont été présentés dont le coût financier est distinct des tarifs d'inscription précités. Le requérant n'a pas souhaité souscrire à celles-ci.
Le requérant déclare : (écrire "Lu et approuvé").
 Date : Signature :

V. - AVERTISSEMENT DE L'ASSOCIATION

Le requérant est informé que l'objet principal de notre association sportive consiste à cultiver les valeurs morales, amicales et sociales ainsi qu'à développer les capacités physiques et mentales des pratiquants en excluant tout usage illégal de la violence.
 En conséquence, toutes formes de violences physiques illégales que le requérant pourrait occasionner est susceptible d'entraîner, notamment, son exclusion de l'association précitée et l'attribution de dommages et intérêts pour le préjudice porté à l'image de l'association.

VI. - SIGNATURE POUR L'ENSEMBLE DE LA FEUILLE

<p>LE REQUERANT précité Ecrire : "Lu et approuvé" : Date : Signature :</p>	<p>SI LE REQUERANT EST MINEUR : Identité de la personne ayant autorité parentale Monsieur, Madame (Nom) Prénom : Adresse : Téléphone : Autorise mon fils, ma fille : à pratiquer Pour l'ensemble de la feuille, écrire "Lu et approuvé" Date : Signature :</p>
---	--

T.S.V.P. (infos au verso)



INFOS PRATIQUES 2008/2009

**COURS
DECOUVERTE
GRATUIT**

**REPRISE
DES COURS**

ENTRAINEMENTS

PROGRESSION

**POUR
S'INSCRIRE**

TENUE

**LE
DIRECTEUR
TECHNIQUE**



- Si remise :
 - d'un certificat médical d'aptitude à la/les discipline(s) choisie(s) (cf. le recto)
 - d'une autorisation parentale pour les mineurs (dans le formulaire au recto)
- (TENUE : Munissez-vous simplement d'une tenue sportive de type pantalon "Jogging" et tee shirt, et (en cas de participation au cours de krav maga) d'une paire de chaussures de sport.

- Mardi 9 septembre 2008 (le lendemain de la rentrée scolaire)

- A votre choix : 2 cours parmi les cours proposés : (cf horaire au dos)

- Kick-boxing ;
- Self-Défense Kick-Boxing Défense ;
- Self-Défense Krav maga

- La progression peut être validée, à la demande des pratiquants, par des grades officiels délivrés par l'enseignant.

- Remettre au plus tard lors du premier cours un certificat médical d'aptitude à la pratique de la/les discipline(s) choisie(s) (cf. le recto).

- Remplir et signer la fiche de demande d'inscription (par les parents pour les mineurs)

- Remettre deux photos d'identité

- Régler le montant de la cotisation par chèque à l'ordre de l'A.S.D.M.

- En cas d'inscription (pour le cours d'essai : cf. ci-dessus) il est nécessaire d'acquérir sur place au club le pantalon ou short (25 €) et tee shirt (25 €) car ils sont spécifiques.

Les autres équipements sont : une paire de gants de boxe, une paire de protège-tibias, et, pour les hommes, une coquille, le protège-dent est conseillé. Ces équipements peuvent être acquis ailleurs mais si vous le souhaitez vous pouvez l'acquérir neuf au club à des prix intéressants.

Claude POUGET

- Fondateur du concept "Self-Défense R.O.C. International" ;
- Expert et entraîneur fédéral de Kick-Boxing Défense (Self-Défense) et de Kick-Boxing ;
- Ceinture noire 6^e Degré de Kick-Boxing Défense (Self-Défense) et de Kick-Boxing ;
- 5^e Dan F.F.K.D.A., Professeur diplômé d'Etat 2^e (B.E.E.S. 2) de Karaté (Krav maga, etc.) ;
- Titulaire de 9 ceintures noires
- Diplômé enseignant dans 15 disciplines (Kick-Boxing, Boxe, Muaythai/Boxe Thai, Full-contact, Kick-Boxing Défense, Karaté, Krav Maga, Sambo, Défense personnelle, Lutte, Grappling, Pancrace, Jiu Jitsu brésilien, Jeet-Kune Do, Tonfa, Bâton de Défense).
- Médaillé de bronze de l'Education Physique et des Sports - Master 2 en Droit.

**3 DISCIPLINES
PRATIQUEES**

- Le Kick-Boxing et les deux méthodes de Self-Défense pratiqués vous apporteront un bien-être intérieur : un véritable art de vivre. Ces disciplines sont enseignées pour tous niveaux (entraînement par groupes et ateliers) incluant une préparation physique adaptée au rythme de chacun. Optimisez vos capacités physiques et mentales, évacuez votre stress, défoulez-vous en toute sécurité, en développant votre tonicité et votre renforcement musculaire.

**LE
KICK-BOXING**

- Discipline sportive moderne de renom international (d'origine américaine et japonaise créée dans les années 70) permet d'utiliser avec tonicité, élégance et efficacité les techniques de percussion (boxe pied / poing) en améliorant la tonicité et le renforcement musculaire. Il se pratique avec des protections adaptées et sans risque tout en permettant d'évacuer le stress et d'optimiser les capacités physiques et mentales.

- **POUR LES ENFANTS DÈS 10 ANS** (en cours séparés) et les ADOS, la pratique du Kick-Boxing a de nombreux bienfaits : vaincre la timidité ou canaliser l'énergie ; améliorer la concentration ; conforter la confiance en soi ; goût pour la discipline, l'activité et l'effort en groupe ; améliorer la maîtrise corporelle (souplesse, etc.) dans le respect des valeurs morales.

- La Self-Défense est représentée par deux méthodes d'excellence de techniques et stratégies défensives :

- le Kick-Boxing Défense : méthode moderne aux racines internationales diffusée par les fédérations française et monégasque de Kick-Boxing ;
- Le Krav maga ; en hébreu "combat rapproché", méthode israélienne, diffusée officiellement sous l'égide des fédérations monégasque de Krav maga et française de Karaté (F.F.K.D.A.).

Ces méthodes de Self-Défense permettent de gérer tous types d'agressions physiques pouvant survenir au quotidien. Les techniques enseignées sont pratiquées par les hommes, les femmes et les enfants ainsi que par certains corps d'élite policiers et militaires dans le monde. Elles sont enseignées dans le cadre de la légitime défense et sont caractérisées par un mode d'apprentissage rapide et simple adapté à tous. Il n'est pas nécessaire d'être souple ou dans une condition physique exceptionnelle.

Dans l'espoir d'avoir le plaisir de vous retrouver à nos côtés sous le signe du dynamisme, dans une ambiance conviviale,

Cordiales salutations

Le Président

Christophe SPILIOTIS-SAQUET



**LA
SELF-DEFENSE**

