

CONTACT

WAUTIER PASCAL +32 495 36 79 08

Par courriel : info@sonbaetaekwondo.be

Visitez notre site : <http://www.sonbaetaekwondo.be>

N'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples renseignements ...

**Notre discipline vous intéresse,
ou tout simplement vous voulez la découvrir ?
Alors venez participer à l'un de nos cours ...**

SPONSOR

LASUNG SPORT
rue Ernest Cambier, 37 7800 Ath
Tel/Fax +32 68 28.60.64
lasungsport@skynet.be



PARTENAIRES



SHOPPING NIVELLES
Ch. De Mons, 18 1400 Nivelles
Tel +32 67 21.50.65
info@nivelles-shopping.be



DARTFISH LTD
Rte de la Fonderie 6
1700 Fribourg - Switzerland
info@dartfish.com



La commune de SENEFFE

SONBAE ACADEMY

SONBAE TAEKWONDO



L'Académie Sonbae Taekwondo a été fondée en septembre 2000, elle regroupe actuellement plusieurs clubs de la région.

Elle a pour but de promouvoir le taekwondo, tant au niveau du sport pour tous que de la compétition : Art martial traditionnel ancestral et sport moderne car discipline olympique

Elle œuvre à transmettre les valeurs du taekwondo et à permettre à tout pratiquant de s'épanouir et progresser à son rythme. D'atteindre un équilibre personnel et une confiance en soi.....

Elle propose des services variés à toute personne, du novice au professionnel. Tous nos professeurs sont diplômés Adeps.

SERVICES :

- ✓ Cours généraux adultes & enfants
- ✓ Equipe de démonstration
- ✓ Self-Défense / Hosinshul
- ✓ Filière compétitive combat & technique
- ✓ Stage de courte/moyenne/longue durée
- ✓ Formation entraîneur & arbitre



COURS GENERAUX

Enfants (5-7 ans, 8-9 ans et 10-13 ans) :

Dans un cadre éducatif spécifique, votre enfant apprendra

- ✓ Coordination et psychomotricité
- ✓ Développement harmonieux et équilibré du corps
- ✓ Développement de la souplesse, de l'agilité et des réflexes
- ✓ Rigueur et discipline
- ✓ Confiance en soi. Dépassement de soi
- ✓ Respect d'autrui et de la vie

Tout en s'amusant !

Adultes (14 ans et plus) :

Dans un cadre convivial spécifique, votre enfant (ou vous-même) apprendra(ez)

- ✓ Evacuation du stress
- ✓ Développement harmonieux et équilibré du corps : intégrité physique et corporelle
- ✓ Développement de la souplesse, de l'agilité, de l'explosivité, de la vitesse, de la force et des réflexes
- ✓ Rigueur, concentration, perfection et autodiscipline
- ✓ Confiance en soi. Dépassement de soi.
- ✓ Respect d'autrui et de la vie
- Ouverture au monde
- ✓ Humilité, modestie et patience

Ces cours généraux vous préparent, à terme, à obtenir votre grade de ceinture noire.

« Le Sonbae, une équipe professionnelle compétente au service du pratiquant »

STAGES

Mensuel (2h) :

Stage complémentaire aux cours généraux, ils vous permettront une progression plus poussée et plus pointue dans vos grades.

Moyenne durée (1 Week-end):

A mi chemin entre le stage mensuel et le stage semaine en internat, il permettra de vous perfectionner ainsi que d'exploiter tous vos acquis et connaissances au sein d'un groupe.

Longue durée (1 semaine) :

En Belgique ou à l'étranger, ils vous offrent l'opportunité d'approfondir et élever votre niveau actuel. Ils sont à thème.

FILIERES COMPETITIVES PERSONNELLES

Tant au niveau technique (poomse) qu'au niveau combat(kyorugi), ces filières vous permettront de progresser à différents niveaux, tant en national qu'en international.

Un suivi et un encadrement personnel.

EQUIPE DE DEMONSTRATION

Des techniques spectaculaire, acrobatique, du fun ... , laissez place à votre imagination et venez rejoindre notre équipe et participer à notre tournée de promotion.

FILIERES DE FORMATION

Vous voulez enrichir votre connaissance et la partager ? Devenir enseignant ou entraîneur ? Nos filières sont là : préparation aux formations ADEPS, AISF, ... rejoignez notre staff.

« CE N'EST PAS LE GRADE QUI FAIT LA VALEUR DE L'HOMME MAIS C'EST L'HOMME QUI DONNE UNE RÉELLE VALEUR À SON GRADE »
« LES PLUS BELLES PERFORMANCES SONT CELLES QUI DURENT »

Nos valeurs :
Services, qualités, efficacité, discipline, rigueur, dépassement de soi, connaissance, pédagogie, progression, épanouissement.

Tout cela dans une ambiance conviviale !