

TAEKWONDO ELS Bièvres



2020 - 2021

Maître Lydie MOREIRA

6^e dan | Arbitre Internationale
Diplômée d'Etat DEJEPS
Licence STAPS

Johann LECLERE

2^eme dan
Diplôme CQP

Renseignements

01 69 41 87 94

elsbievres_91@orange.fr

Domaine Louis Ratel

91570 Bièvres

taekwondo-bievres.fr

Secrétariat ELSB :

Mardi

9h30-12h00 | 14h00-18h30

Mercredi

9h30-12h00 | 14h00-18h30

Jedi

9h30-12h00 | 17h00-19h00

Vendredi

15h-18h30

Samedi

9h00 à 11h30 (sept. à dec.)

Enfants - de 5 en 2019 à 7 ans

VENDREDI	De 17 H 30 à 18 H 30	Salle des miroirs
----------	----------------------	-------------------

Enfants - 8 - 12 ans

LUNDI	de 18 H 15 à 19 H 15	Salle des miroirs (ceinture verte et plus)
VENDREDI	de 18 H 30 à 19 H 30	Salle des miroirs

ou

MERCREDI	de 18 H 00 à 19 H 00	Salle des miroirs (jusqu'à ceinture orange)
VENDREDI	de 18 H 30 à 19 H 30	Salle des miroirs

Adultes et Adolescents 13 ans et +

LUNDI	de 19 H 15 à 20 H 15	Salle des miroirs
MERCREDI	de 19 H 00 à 20 H 30	Salle des miroirs
MERCREDI	de 20 H 30 à 21 H 00	Salle des miroirs <i>3^e keup minimum</i>
LUNDI	de 20 H 45 à 21 H 45	Salle des miroirs <i>Spécial combat</i>

Defense Training au féminin

MERCREDI	de 21 H 00 à 22 H 00	Salle des miroirs
----------	----------------------	-------------------

