

E.M.I.S. 2024/2025

L'École Municipale d'Initiation Sportive permet aux enfants de 4 à 16 ans de découvrir et de s'initier à des activités sportives.

Section : TAEKWONDO

Tranche d'âges : Le lundi = 2012 à 2016 / Le samedi = 2017 à 2020

Période / Lieu / Horaires :

- **Les lundis de 18h00 à 19h00**
Salle de sport du collège Etienne Dolet, rue Greffier 45100 Orléans (Côté cuisine/fournisseurs)
- **Les samedis de 10h15 à 11h00**
Dojo Harismendy, avenue Alain Savary 45100 Orléans

Les activités de l'EMIS ont lieu hors vacances scolaires et jours fériés.

Date de démarrage de la section :

- *Lundi 23 septembre 2024*

Date de fin :

- *Samedi 28 juin 2025*

Description des activités proposées :

Le Taekwondo « La voie des Pieds et des Poings », regroupe plusieurs disciplines comme :

- **Le Poomsé** : Technique traditionnelle de blocage, coups de poings, de coups de pieds et de posture dans un combat codifié contre plusieurs adversaires imaginaires.
- **Le Kyorugui** (combat) : Activité d'opposition face à un adversaire réel en utilisant dans les stratégies et tactiques des modes d'attaques et de défenses.
- **Ho shin sul** qui est l'ensemble de techniques de self défense : clefs articulaires, balayage, projection, immobilisations corporelles ...
- **Les valeurs** : *Courtoisie / Intégrité / Persévérance / Maîtrise de soi / Courage*

Tenue et matériel à prévoir :

- Un Dobok : Vêtement pour la pratique du Taekwondo
- Une gourde / une bouteille d'eau

Direction des Sports et des Loisirs : 02.38.79.26.06

✉ : emis-ovc@orleans-metropole.fr