



L'Informé *Express*



Club de Taekwondo de Cap-Rouge / Saint-Augustin

16 janvier 2010

NOMINATION AU GRADE DE CEINTURE NOIRE

Félicitations à nos membres qui ont passé avec succès l'examen pour l'obtention d'un grade de «ceinture noire» depuis le printemps dernier. Il s'agit de :

Maude Bissonnette-Émond, Simon Marois, Chloé Tremblay-Cloutier et Anthony Couture-Villeneuve au printemps et de Olivier Côté, Vincent Lafrenière, Jacob Leclerc, David Leclerc et Didier Gosselin cet hiver.

Notons également l'accession au grade de 2^{ième} degré de Jean-François Simard cet hiver.

CHANGEMENT À L'HORAIRE DU SAMEDI

Dans le but de maintenir la qualité des services offerts à nos membres, et suite aux nouvelles inscriptions, nous devons apporter des changements importants à notre horaire de cours du samedi. À partir du samedi 23 janvier, les cours seront donc dispensés selon l'horaire suivant :

8h30 à 9h30	Débutant, enfants
9h30 à 10h45	Blanche I et II, enfants
10h45 à 12h00	Jaunes à vertes II, enfants
12h00 à 13h15	Bleues à rouges, enfants
13h15 à 14h30	Tous les ados et adultes

L'horaire qui se trouve sur le site web sera corrigé sous peu pour refléter les changements.

HORAIRE DE LA VENTE D'ÉQUIPEMENT

La vente d'équipement de la session d'hiver se tiendra dans notre dojang, au 4925, Lionel-Groulx, selon l'horaire qui suit. Des échantillons seront sur place pour vous aider à choisir la bonne taille.

QUI	QUAND
Enfants – jaunes II à vertes II	Mercredi le 20 janvier à 18h30
Adultes débutants à verte II et certains ados Groupe A	Mercredi le 20 janvier à 19h45
Enfants - Bleue à noire	Jeudi le 21 janvier à 18h30
Adultes bleue à noire II et certains ados Groupe B	Jeudi le 21 janvier à 19h45
Enfants – débutants, blanches I et II, jaunes à jaunes I	Samedi le 23 janvier à 10h15

Le montant doit être réglé dès la commande, en argent ou préférentiellement par chèque libellé au nom de «Gestion Forex-TKD». Les pièces d'équipement achetées seront normalement livrées une semaine plus tard. Le tableau qui suit indique les pièces d'équipement que vous devez posséder selon votre grade.

Équipements requis/à acquérir selon le grade

Équipement	grade					
	débutant (blanche)	blanche I	blanche II	jaune	jaune I	jaune II et +
Dobok	acquérir	√	√	√	√	√
Ceinture	acquérir	√	√	√	√	√
Écusson du club	acquérir	√	√	√	√	√
Protège pied/tibia		acquérir	√	√	√	√
Protège avant-bras			acquérir	√	√	√
Plastron **				acquérir ou louer	√	√
Coquille (garçon) ou Protecteur pelvien (fille)				acquérir	√	√
Casque					acquérir	√
Protecteur buccal					acquérir	√
** : Les adultes doivent acquérir ou louer un plastron dès le grade de ceinture blanche						

Notez que la participation à des compétitions, permise à partir du grade de ceinture jaune, requiert tous les équipements mentionnés. L'écusson doit être cousu sur l'épaule gauche de manière à être visible même avec un plastron.

Le tableau qui suit présente la liste des prix des équipements neufs. Voyez notre marché aux puces sur le site Web du club (www.tkd-crsa.ca) si l'achat d'équipements usagés vous intéresse.

Prix des équipements neufs

Équipement	Prix, taxes incluses
Dobok + écusson du club	45,00\$ + 6,00\$
Ceinture	10,00\$ (une ceinture blanche est incluse avec un dobok)
Protège pied/tibia	25,00\$ (tissu) 40,00\$ (vinyle)
Protège tibia seulement (adulte)	20,00\$ (tissu) 35,00\$ (vinyle)
Protège avant-bras	20,00\$ (tissu) 30,00\$ (vinyle)
Plastron	55,00\$ (peut être loué auprès du club)
Coquille (garçon)	15,00\$
Protecteur pelvien (fille)	15,00\$
Casque	50,00\$
Protecteur buccal	5,00\$

MARCHÉ AUX PUCES

Notre site Web contient un marché aux puces où les membres peuvent vendre ou acheter de l'équipement usagé. Voici la marche à suivre :

Pour vendre

1. Il est essentiel que les équipements que vous désirez vendre soient soumis à un instructeur pour approbation.
2. Lorsque l'équipement a été approuvé, vous n'avez qu'à en informer un membre du conseil d'administration, préférentiellement par courriel, à l'adresse info@tkd-crsa.ca. Vous devez décrire l'équipement, en incluant sa taille, et fournir votre nom et numéro de téléphone. Votre annonce sera placée dans le marché aux puces, sur le site Web du club. Les acheteurs vous contacteront directement.
3. Si vous concluez une vente, avisez-nous par courriel afin que votre annonce soit retirée.

Pour acheter

Visitez simplement notre site (www.tkd-crsa.ca) et cliquez sur «Le marché aux puces».

JEUX DU QUÉBEC

Samedi le 30 janvier prochain aura lieu la finale régionale des jeux du Québec. Vous avez jusqu'à jeudi le 21 janvier prochain pour compléter le formulaire d'inscription. Le formulaire est disponible sur le site web dans la section des compétitions ou encore via votre entraîneur.

La compétition aura lieu à l'école de la Seigneurie à Beauport.

CHAMPIONNAT CANADIEN JUNIOR

Veillez noter que le Championnat Canadien Junior aura lieu cette fin de semaine à Halifax. Deux junior du club nous y représenteront, souhaitons bon succès à Philippe Blais et à Maude Bissonnette-Émond. Les athlètes seront évidemment accompagnés et dirigés par Monsieur Montes.

PHOTOS DISPONIBLES SUR LE WEB

Régulièrement, le club met en ligne sur son site Flickr (<http://www.flickr.com/photos/clubtkdcrsa>), des photos et même de courts vidéos de ses membres en compétitions ou lors d'activités spéciales. Nous vous invitons à visiter régulièrement le site et à ne pas hésiter à télécharger les photos qui vous intéressent; elles sont là pour vous! Normalement, les photos sont d'une résolution suffisante pour permettre une impression de qualité. Vos enfants pourront montrer fièrement leurs exploits à leurs amis et vous pourrez ainsi garder un souvenir impérissable des activités du club. Notez que nous ne pouvons mettre plus de 200 photos sur le site, ce qui ne nous permet malheureusement pas de mettre des photos de tous.

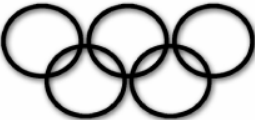
Si vous vous objectez à ce que des photos de vous ou de votre enfant soient mises en ligne ou même éventuellement utilisées pour la réalisation de documents promotionnels du Club, nous vous demandons d'en informer rapidement le secrétaire du Club, dont les coordonnées se retrouvent à la fin de l'Informe Express. Merci de votre collaboration!

ANNIVERSAIRES DE JANVIER

Joyeux anniversaire aux membres du club dont leur fête est en janvier !

Denis Dion	3	janvier
Jacob Leclerc	4	janvier
Franck Chenebon	5	janvier
Philippe Blais	6	janvier
Ricardo Ricci	6	janvier
Antoine Lalancette	10	janvier
Gabrielle Drolet	14	janvier
Vincent Lafrenière	15	janvier
Harrixel Gohou	16	janvier
Jean-François Simard	17	janvier
Maxim Tremblay	22	janvier
Audrey Traore	24	janvier
Keven St-Amant	29	janvier

Conseil d'administration 2009-2010 du Club de taekwondo CRSA

Président: Guy Beauchemin 878-5377		Directeur technique: Martin Montes 529-4203
Trésorière: Odette Morasse		Directeur de soutien: Claude Belzile 658-7874 Paule Bissonnette 473-5761
Secrétaire: Alain Jacob 877-6074		