



L'Informé Express



Club de Taekwondo de Cap-Rouge / Saint-Augustin

2 avril 2010

HORAIRE DE LA VENTE D'ÉQUIPEMENT

La vente d'équipement de la session d'hiver se tiendra dans notre dojang, au 4950, Lionel-Groulx, selon l'horaire qui suit. Des échantillons seront sur place pour vous aider à choisir la bonne taille.

QUI	QUAND
Enfants - Bleue à noire	Jeudi le 8 avril à 18h30
Adultes bleue à noire II et certains ados Groupe B	Jeudi le 8 avril à 19h45
Enfants – débutants à vertes I	Samedi le 10 avril à 9h30
Enfants – verte II à noire, ados et adultes	Samedi le 10 avril à 13h15

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».

BELLE PERFORMANCE DE MAUDE BISSONNETTE-EMOND À LA 3^E SÉLECTION

Le 27 mars dernier, une athlète de notre club, Maude Bissonnette-Emond, s'est illustrée à la 3^e sélection provinciale junior à Jonquière.

Maude a gagné le seul combat qu'elle avait à livré avec un coup de 3 points porté à la tête de son adversaire. Elle poursuit sa préparation en vue de l'Open du Canada, qui aura lieu à Montréal à la fin mai.

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!

UN GROS MERCI POUR LE DÉMÉNAGEMENT

Grâce à l'aide de plusieurs membres et parents, le déménagement de notre club dans notre nouveau local s'est très bien déroulé. Un gros merci à tous !

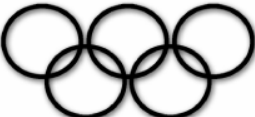
Comme nous vous l'avons déjà mentionné, nous utilisons ce local de façon temporaire en attendant d'avoir notre nouveau local au collège.

COMPÉTITION DE POOMSÆ DU CLUB DE TAEKWONDO DE LA CAPITALE

Le 17 avril prochain aura lieu une première pour notre région alors que le club de taekwondo de la Capitale organise une compétition de poomsae (formes) au centre Lucien-Borne.

Vous pouvez vous procurer le formulaire d'inscription auprès de votre instructeur ou sur notre site web dans la section des compétitions. Vous avez jusqu'au 12 avril pour remettre votre formulaire.

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
Secrétaire: Alain Jacob 877-6074		Paule Bissonnette 473-5761