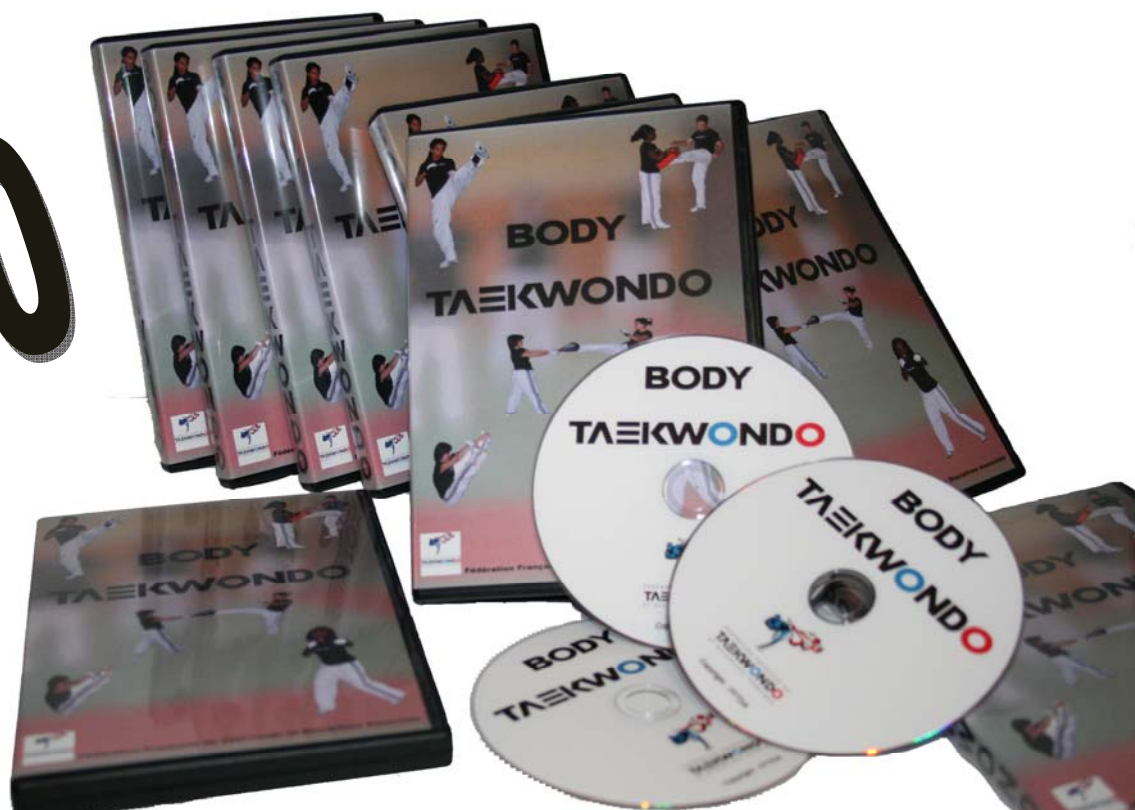


Le DVD BODY TAEKWONDO est arrivé !

9€50
Livret + DVD



Le Body Taekwondo

Cette nouvelle activité vise la dépense physique par le travail cardiovasculaire, la gestuelle du taekwondo et le renforcement musculaire. C'est le moyen idéal de se défouler en musique et de libérer son énergie. L'utilisation de cibles, de poids, de la corde à sauter, permet un travail plus complet, et rend les cours plus attractifs.

Ce DVD à destination des enseignants présente une formation interactive. Elle permettra d'enrichir leurs connaissances, d'apporter des conseils précieux et propose des exercices pour élaborer les séances pédagogiques progressives et variées.

BON DE COMMANDE

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse de livraison complète : _____

Code postal _____

Ville _____

Email : _____

Tel : _____

Nombre de DVD et de Livret souhaités : _____

Prix total (9€50 à l'unité : _____ x 9.50€ =

Frais de port compris

Je joins mon chèque à l'ordre de la FFTDA et le renvoie à l'adresse suivante :

Fédération Française de Taekwondo
25 Rue St Antoine – 69003 Lyon