



WWW.USCLEZOUX.FR



USC
LEZOUX

ville
de LEZOUX



CONTACT



Vincent MASSIMINO

06.84.524.137

www.usclezoux.fr

Complexe Sportif Vernadel

24 chemin des Charretiers

Lezoux-63190



SECTION
LUTTE

6 HEURES DE COURS

Lutte Olympique
6-11 ans
Mardi et Vendredi
18h00 à 19h00

12-16 ans
Lundi et Jeudi
18h00 à 19h00

Pancrace (+16)
Vendredi
20h30-22h30

ADHESION

Feuille d'adhésion
dûment remplie

Certificat médical de
"non contre indication
à la pratique du sport"

1 photo d'identité

6 RAISONS DE COMMENCER LA LUTTE

La Lutte est le sport le
plus complet.

Développement du
contrôle de l'agressivité.

Développement d'un être
social qui communique.

Développement des
capacités perspectives et
décisionnelles.

Transmission d'une
culture.

Développement de la
personnalité:
Epanouissement.

6 BIENFAITS DE LA LUTTE

En Lutte, le système cardio-
vasculaire et les muscles
sont renforcés

La Lutte développe l'envie
de se surpasser.

La Lutte développe la
confiance en soi.

La Lutte développe les
capacités bio-
informationnelles.

La Lutte développe les
capacités cognitives.

La Lutte développe les
capacités bioénergétiques
et bio-mécaniques.