



Séminaire provincial Taekwon-Do

Kuei! Bonjour à vous membres de la communauté de Taekwon-Do : Maîtres, instructeurs, adeptes, Nous sommes heureux de vous inviter à un séminaire provincial qui aura lieu à Uashat Mak Mani-Utenam les 10 et 11 octobre 2026. Pour cet événement, nous aurons le privilège d'accueillir et d'être encadrés par deux pionniers de notre discipline au Québec; soit Grand Maître Pierre Laquerre et Grand Maître Richard Lajeunesse.

Ce séminaire sera axé sur l'étude approfondie du Mudo du Général Choi, qui permettra d'élargir nos techniques, la puissance physique et les valeurs morales légués par le fondateur du Taekwon-Do. Ce sera l'occasion pour tous les participants de perfectionner notre art, d'élever notre esprit martial et de partager ensemble la philosophie fondamentale de notre discipline sous la direction de nos deux Grands Maîtres.

Au programme : une immersion complète dans les différents aspects de notre art martial selon le cycle d'entraînement du Général Choi.

Que vous soyez **débutant, intermédiaire, avancé ou instructeur**, cette formation est une occasion de sortir de votre zone de confort, d'apprendre et de partager votre passion avec des pratiquants de différentes régions.

Le Taekwon-Do se pratique avec le corps, mais se développe avec l'esprit.

Mouvements de base	Perfectionner vos techniques et développer une meilleure compréhension des principes fondamentaux.
Formes (Tul)	Travailler la précision, la puissance, le rythme, les déplacements et l'application des techniques.
Combats arrangé	Améliorer votre contrôle, votre timing, vos déplacements et vos enchaînements.
Autodéfense	Explorer des applications concrètes et développer vos réflexes face à différentes situations.
Cassage	Mettre à l'épreuve votre technique, votre puissance et votre détermination.
Combat	Développer stratégie, vitesse, distance, contrôle et efficacité.



Le séminaire :

- Se tiendra au gymnase de l'école secondaire Manikanetish (1 rue Ukuias) de Uashat;
- Ouvert aux participants de 12 ans et plus;
- Ceintures de couleur et ceintures noires.

Horaire du séminaire :

- Samedi 10 octobre, 9h à 12h et 14h à 17h (tous les niveaux);
- Dimanche 11 octobre, 8h à 11h (ceintures noires seulement).

Frais d'inscription :

- Ceinture couleur : 75\$;
- Ceinture noire : 125\$.

Les fiches d'inscription et l'information pour la réservation de l'hôtel vous seront transmises au courant de la semaine par le biais du club de **Taekwon-Do de MANI-UTENAM**.

Vous aurez jusqu'au mardi 6 octobre pour vous inscrire.

Prenez note que le samedi soir, nous vous offrons des activités culturelles innues accompagnées d'un souper.

On vous attend en grand nombre au premier séminaire provincial qui se tiendra sur la Côte-Nord.

Respectueusement,

Maître *Doris Lévesque*