BOXE THAÏ - KICK BOXING

Enfants à partir de 9 ans et adultes - Mixte

Débutants ou confirmés font évoluer leurs aptitudes physiques dans ces deux écoles de courage, de volonté et de respect du partenaire. Chacun trouvera sa discipline de prédilection : le kick pour les amateurs d'enchaînements rapides et spectaculaires, la boxe thaï pour les plus confirmés.

HORAIRES

> **Nés de 2010 à 2017** 🔴
- **Pour les enfants de 9 à 12 ans**, nés de 2014 à 2017 : le mercredi et le samedi de 14h à 16h
- **Pour les enfants de 13 à 16 ans**, nés de 2010 à 2013 : le mercredi et samedi de 16h à 18h

> **Nés en 2009 et avant :** du lundi au vendredi de 20h30 à 22h30 🔵

Palais des sports Marcel-Cerdan
(Salle Jean-Claude Bouttier)

Gymnase Auguste-Delaune
(Salle Norbert-Ekassi)

ADHÉSIONS (dont licence fédérale obligatoire)

> **Enfants : 200€**

> **Ados/Adultes : 265€** pour l'ensemble des cours proposés

À SAVOIR

L'année sportive : du lundi 7 septembre 2026 au vendredi 2 juillet 2027

ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

> **Pour les cours adultes :** Gants (taille minimum 16OZ), protège-dents, coquille, gros protège-tibias, basket de salle, casque et corde à sauter (l'ensemble à partir de 100€). Pour les femmes, protège-poitrine et protection pubienne obligatoires) pour les mises de gants (taille minimum 12OZ). Nous vous conseillons de renouveler vos gants chaque saison sportive.

> **Pour les cours enfants :** Basket de salle, protège-tibias, casque et protège-dents obligatoires pour la mise de gants (taille minimum 14OZ). Coquille, gants et corde à sauter (l'ensemble à partir de 80€). Pour les filles, protège-poitrine recommandé pour la mise de gants (taille minimum 10/12OZ). Nous conseillons de renouveler les gants chaque année.

IMPORTANT (PIÈCES À FOURNIR)

Pour les mineurs, l'attestation de réponse au questionnaire de santé est à remettre à la section pour débuter l'activité. Pour les majeurs, un certificat médical indiquant obligatoirement la mention "Apte à la pratique du kick-boxing ou de la boxe thaï" devra être remis lors du premier entraînement. Il est valable trois ans. Une attestation de réponse au questionnaire de santé sera demandée entre chaque renouvellement de licence.

Nouveau INITIATION AU MMA

Le MMA intègre le plus grand club omnisports de France ! À compter de septembre 2026, les adhérents des sections boxes, lutte et judo peuvent s'inscrire à une option MMA pour s'initier à cette nouvelle discipline. Encadré par un enseignant spécialisé, les pratiquants sont guidés dans leur découverte de ce sport à travers une approche multidisciplinaire et adaptée au niveau de chacun. Un cours d'1h30 est proposé un vendredi sur deux de 21h à 22h30 Gymnase Eric-Srecki (salle Magali-Baton). Activité réservée aux adhérents âgés d'au moins 18 ans. Nombre de places limitées. Pour y participer, l'adhérent doit se rapprocher de sa section d'origine puis finaliser son inscription au siège du LSC, 24 rue Louise-Michel. Tarif saison 2026/2027 (licence fédérale MMA incluse) : 85€. Attention ! La pratique du MMA est soumise à la fourniture d'un dossier médical complet conforme aux exigences de la Fédération.

CONTACTS

Président : Alexandre Couailhac
Vice-Président : Denis Targowla
Manager Général : Fathi Mira
06 98 63 35 09
Cours enfants : Khalid Essebki
07 83 73 12 79
Cours adultes :
Cédric Anad : 06 27 18 86 20
Aziz Khater : 06 42 99 17 13
kick-thai@levallois-sporting-club.fr
https://levallois-sporting-club.com/kickboxing-boxe-thai/

CYCLOTOURISME

Jeunes à partir de 16 ans et adultes

La section Cyclotourisme propose quatre niveaux afin que chacun puisse s'exprimer et trouver du plaisir. Il est malgré tout indispensable de maîtriser sa bicyclette avant de rejoindre la section. Il est demandé à chacun de participer à la vie du groupe, notamment par l'aide qu'il apportera lors d'événements organisés par la section comme par exemple la randonnée d'hiver *Souvenir Maurice et Monique Mareuil.*

HORAIRES (sous réserve de modifications)

Groupe 1 "Confirmés"
Sorties les samedis et dimanches. Départ de Levallois à 8h en hiver et 7h en été. Distances de 70 à 200 kilomètres nécessitant un bon entraînement (vitesses moyennes entre 22 et 24 km/h). Grands brevets de plus de 200 kilomètres programmés plusieurs fois par an ainsi qu'un week-end montagnard.

Groupe 2 "Modérés Plus"
Sorties le dimanche matin. Départ de Levallois Marcel-Cerdan à 8h en hiver et 7h30 en été. Parcours de 60 à 80 kilomètres à vitesse raisonnable (19 à 20 km/h de moyenne). Organisation annuelle d'un voyage itinérant sur 3 ou 4 jours.

Groupe 3 "Modérés"
Mêmes horaires que le groupe 2 avec une vitesse moyenne un peu plus faible (18 km/h). Possibilité de se joindre au groupe 2 pour le voyage itinérant.

Groupe 4 "Découverte"
Mêmes horaires que le groupe 2, sorties encadrées le dimanche matin avec un départ de Levallois Marcel-Cerdan. Parcours faciles de 45 à 55 kilomètres. **De plus, une cyclo-découverte sera proposée aux Levalloisiens plusieurs fois par an.**

À SAVOIR

L'année sportive se déroule tout au long de l'année, y compris sur la période estivale.
Le certificat médical n'est plus obligatoire, un questionnaire de santé est à renseigner tous les ans.
Pour tous les niveaux :

> Les sorties ont lieu en groupe : trop de sorties manquées induit une baisse de niveau et, de ce fait, un désagrément pour les autres adhérents obligés de ralentir.

> Nous possédons un atelier pour de petites réparations, mais ne prêtons pas de vélos.

> La section propose à l'automne un week-end convivial afin de découvrir d'autres horizons.

> Plusieurs formations sont également proposées : initiation à la mécanique (entretien des vélos, réparation de crevaison, etc.) et au secourisme (premiers gestes en cas d'accident).

ADHÉSIONS (licence et assurance incluses)

> **Adultes**, nés en 2000 et avant : **126€**

> **Conjoints et jeunes 18-25 ans**, nés de 2001 à 2008 : **105€**

> **Jeunes 16-17 ans,** nés de 2009 à 2010 accompagnés d'un parent : **70€**

ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

Vélo en bon état de rouler. Port du casque obligatoire.

CONTACTS

Président : Gilles Lericq
07 86 66 14 30
presidentcyclo@levallois-sporting-club.fr
Personne à contacter :
Vice-Président : Bernard Mareuil
06 72 22 23 31
contactcyclo@levallois-sporting-club.fr
Permanence les premiers mercredis de chaque mois de 20h30 à 22h30 au Gymnase Auguste-Delaune.
https://levallois-sporting-club.com/cycltourisme/
lsc_cyclotourisme