

**Début des cours : à partir du lundi 4 septembre pour les adultes, le 11 septembre pour les cours enfants, le 18 septembre pour les -6 ans ( Martial Kids)**

**Lieu d'inscription :** a DOJO FORM 153 rue Théodore Deck 68500 Guebwiller.  
Ou auprès du professeur avant le cours de chaque clubs.

**Adresse des lieux d'entraînements :**

**GUEBWILLER :** Dojo form - 153 rue Théodore Deck  
**KINGERSHEIM :** Salle polyvalente - 4 Rue Pierre Coubertin  
**SOULTZ :** MAB - 22 Rue de la Marne  
**BOLLWILLER :** Au préau de l'école des Tilleuls - 1 place de Verdun  
**BERGHOLTZ :** salle polyvalente - 6 rue Bergholtz-Zell  
**WITTELSHEIM :** Maison de la Jeunesse - 114 Rue de Reiningue



# SCHMITZ FIGHTING TEAM

## SAISON 2023/24

**SDAM magasin de vente de matériel arts martiaux  
-5% pour les membres du club**



INFOS ici : Scannez-moi :



**Sites :** arts-martiaux-guebwiller-kingersheim.com  
combat-complet.fr / jiujuitsubresilienmulhouse68.fr  
nunchaku-combat.fr

**Facebook :** Schmitz team et DojoFormGuebwiller  
**Et raphael.schmitz.718**  
**Instagram :** raphael-schmitz23 et dojoform

**Renseignements clubs et magasin au**  
**153 rue Théodore Deck 68500 Guebwiller**  
**Tél. : 03.89.76.82.92 /**  
**Mail : raphael.schmitz@yahoo.fr**

DISCIPLINES	Cotisation Enfants - 13 ans	Cotisation Enfants -18 ans	Cotisation Plus de 18 ans	+ passeport Valable 8 ans	+ La Licence Assurance
Boxe Thaï	105€ 115€ (à kingersheim)	135 €	155 €	15 €	45 €
Sambo		135 €	155 €	15 €	45 €
Combat Complet - MMA	105€ 115€ (à kingersheim)	135 €	155 €	15 €	45 €
Jiu Jitsu Brésilien	115 €	135 €	155 €	15 €	45 €
Tae Kwon Do	105 €	115 €	135 €	15 €	45 €
Nunchaku / Combat défense-Krav Maga		110 €	125 €	15 €	45 €
Martial kids	95 €				30 €
Illimité (tous les clubs et toutes les disciplines)	150€	170 €	210 €	15€	45 €
Même sport dans un club partenaire	+10 €	+15 €	+20 €		
Pour un 2 <sup>ème</sup> sport différent en plus ( le sport le plus cher sera comptabilisé en 1 <sup>er</sup> )	+20 €	+30 €	+35 €		
Forfait : Jiu jitsu Bresilien / grappling / tous clubs		160 €	190 €	15€	45 €

## Directeur Technique du Club : Raphaël SCHMITZ

Titulaire des Brevets d'Etat de judo, Tae Kwon Do et aide moniteur de sport.  
Ceinture noire de Judo 5<sup>e</sup> Dan, en Sambo 6<sup>e</sup>me degré, de Nunchaku 8<sup>e</sup> Dan, Combat Complet 8<sup>e</sup>me dan, de Tae Kwon Do 2<sup>e</sup>me dan et jiu jitsu brésilien 4<sup>e</sup>me dan, ceinture noire 4<sup>e</sup>me dan krav maga ( RSC). 3<sup>e</sup>me degré sambo systema, 3 fois champion du monde de Combat Complet, 7 fois Champion du monde de Jiu Jitsu brésilien (masters, Rio, Las Vegas, Sao Paulo), champion du monde de Kempo soumission, 4 fois vainqueur du NAGA Allemagne (grappling). 15 fois champion d'Europe de jiu jitsu Brésilien. 23 fois Champion du Monde de Nunchaku, Champion de France de Judo (FNSU), médaillé aux championnats d'Europe et aux championnats du monde masters de judo, 21 fois Champion de France de Sambo, Champion du Monde de Sambo sportif ( Masters -68kg), champion du monde de kombat sambo. Vainqueur de la coupe de France de Lutte Contact, finaliste du Golden Trophy. Vice champion du monde de karate kyokushinkai ( WIBK en master).

### Autres entraîneurs ( tous les professeurs sont diplômés) :

**David MEYER :** Ceinture noire de combat complet 3<sup>e</sup>me dan, ceinture noire de jiu jitsu Brésilien. Entraîneur de boxe Thaï, champion de France FSGT de sambo, champion d'Europe de jiu jitsu Brésilien, 1er à la coupe de France de lutte contact et champion du monde de combat complet (2019), vainqueur NAGA d'Allemagne en jiu jitsu Brésilien.

**René GROFF :** Ceinture noire, titulaire du DIF et champion de France de Tae Kwon Do FSGT (en combat et technique), vice champion du monde de nunchaku combat (masters), vice champion d'Europe de nunchaku de combat.

**Samboun VANNARA :** Ceinture noire 4<sup>e</sup>me dan en nunchaku, champion du monde de nunchaku jitsu, champion de France FSGT de Boxe Thaïlandaise, 1<sup>er</sup> au World Arts Martial Games de Genève ( boxe Thaï)

**Abdel ZERAZA :** Plusieurs fois champion de France FSGT en jiu jitsu Brésilien et grappling, champion d'Europe de jiu jitsu Brésilien, champion d'Europe de combat jiu jitsu, 1<sup>er</sup> de l'open de France de combat complet, 3<sup>e</sup>me au championnat du monde de combat complet, ceinture noire 3<sup>e</sup>me dan de combat complet et ceinture noire de jiu jitsu Brésilien. 1<sup>er</sup> au World Arts Martial Games de Genève

**Pattayaporn SCHMITZ :** 4 fois championne du monde de nunchaku, championne de France de tae kwon do (FSGT) et de sambo ( FFST ), titulaire des monitorats boxe Thaï, pancrace, zumba, bokwa et piloxing.

**Jean Mary JACKONO :** Double champion de France FSGT de Jiu Jitsu Brésilien, ceinture noire 2<sup>e</sup>me dan de combat défense, ceinture noire 2<sup>e</sup>me dan krav maga (RSC), 2 fois médaillé au championnat d'Europe de jiu jitsu Brésilien (masters), champion d'Europe de jiu jitsu Brésilien ( master).

**Boy-K RATUSZNIK :** Ceinture noire combat complet 2<sup>e</sup>me dan, ceinture marron de jiu jitsu Brésilien, champion de France de MMA ( fsgt), vice-champion France boxe Thaï (FFKMDA), 3<sup>e</sup>me au championnat de France Karaté mix, 3<sup>e</sup>me au championnat de France de sambo sportif. 1<sup>er</sup> aux World Arts Martial Games de Genève en MMA.

**Yann RISACHER :** Champion de France FSGT de boxe Thaï, vainqueur de l'HFC et shogun ( Suisse)

**Régis BURGER :** Médaillé aux championnats du monde de combat complet, vainqueur de l'open de France de combat complet et combat contact. 1<sup>er</sup> de la coupe de France de jiu jitsu Brésilien FSGT. Champion d'Europe de combat boxing et combat complet, 2 Fois champion de France de Boxe Thaï

## COURS PRIVÉS – COACHING- cours dans les autres clubs :

se renseigner auprès de Raphaël Schmitz

### Conditions d'inscriptions :

Régler la cotisation et la licence, apporter 1 enveloppe timbrée avec votre adresse ou nous donner une adresse email, un certificat médical d'aptitude et une photo d'identité. Un tee shirt offert pour toute inscription à jour.

Les cotisations sont éventuellement payables en trois chèques et doivent être réglées avant le premier entraînement, ou payez directement par « pay asso » :

<https://www.payassociation.fr/dojoformguebwiller/cotisation>

Pour le 2<sup>e</sup>me enfant de la même famille réduction de 10%, pour le 3<sup>e</sup>me enfant 40%, 4<sup>e</sup>me enfant 50% (sur la cotisation).

### Combat Complet adultes et enfants (à partir de 6 ans) :

Mélange efficace des sports poings-pieds et du corps à corps. Le combat complet est une discipline qui réunit tout ce qui se fait de mieux dans les arts martiaux : on y retrouve des percussions, des projections et des soumissions (clé de bras et de jambes, étranglements). Pour les enfants il est enseigné de manière très pédagogique.

### Tae Kwon Do adultes et enfants (à partir de 6 ans) :

Art martial d'origine coréenne, on le surnomme le "karaté volant" de par ses nombreuses techniques de coups de pieds. Discipline olympique. En plus des coups de poings et de pieds on y travaille des techniques de self défense et le nunchaku.

### Boxe Thaïlandaise adultes et enfants (à partir de 7 ans) :

Étude des coups de poings, de pieds et de genoux. Ce sport de combat est basé sur l'efficacité. Pour les enfants il est enseigné de manière très pédagogique.

*Cours de boxe Féminine ( nous consulter)*

### MMA :

Mixed Martial Arts :

On y étudie toutes les techniques de free fight que vous voyez à l'UFC, frappes (coups de pieds, de genoux, de coudes), projections, soumissions ...

### Jiu-Jitsu Brésilien :

Méthode de combat très réaliste, privilégiant le travail au sol et se basant sur le combat réel. Toutes les techniques de Judo, Sambo et de Jiu-Jitsu sont étudiées avec différentes approches, en plus des techniques spécifiques. Pour les enfants il est enseigné de manière très pédagogique.

### Grappling :

Idem au jiu jitsu Brésilien mais le travail se fait en tenue de MMA ( short et tee shirt, sans kimono)

### Sambo :

Le sambo sportif est le sport national Russe, c'est un mélange de lutte et de judo, on y retrouve plus de 5000 techniques.

Le sambo de combat se rapproche du MMA, free fight, on y fait des projections, soumissions, percussions.

### Initiation aux Arts Martiaux (Martial Kid) : pour les 4 - 6 ans (3 ans si l'enfant s'adapte bien et après accord de l'entraîneur)

Apprentissage des bases des Arts Martiaux à l'aide d'exercices pédagogiques adaptés. Travail des chutes, réflexes, équilibre, coups de pieds, projections et contrôle au sol.

### Nunchaku :

Le nunchaku est une arme mais également, un art martial complet qui développe la concentration, la discipline, la souplesse, la rapidité, l'adresse, la force, la confiance en soi et surtout la maîtrise de soi. Nous étudions : le combat, l'artistique, la self défense et la technique, le nunchaku jitsu. (lundi à 17h15 à Guebwiller pour les enfants), et en stages organisés dans l'année.

### Combat Défense – Krav Maga adultes et ados (à partir de 13 ans) :

Apprendre à se défendre en toutes circonstances, tout en étudiant les techniques des arts martiaux. Méthode de self défense alliant vitesse et l'efficacité du krav maga, le réalisme du jiu jitsu Brésilien, les techniques d'arts martiaux à main nues et avec armes.

Piloxing : Mélange de renforcement musculaire et mouvements de boxe pour le travail du cardio :

mardi à 18h30 à Guebwiller vendredi 19h15 à Kingersheim -

### Salle de musculation et Salle d'entraînement aux arts martiaux :

#### A GUEBWILLER :

- Salle d'entraînement aux arts martiaux : pour s'entraîner librement sur les tatamis avec sacs de frappe à Guebwiller carte de membre (16 €) + 35€ pour la saison sportive. (Pour ceux qui sont inscrits à un art martial)

- Salle de musculation + salle d'entraînement + sauna en illimité, se renseigner chez Raphael. (différents forfaits)

A KINGERSHEIM : voir avec Raphaël pour un accès gratuit à la petite salle de musculation de la salle polyvalente, le mercredi, jeudi et vendredi soir.

**\*ATTENTION : A KINGERSHEIM il y a plusieurs dojos dans la salle polyvalente, l'ensemble des cours se déroulent dans le nouveau dojo à l'entrée ( ND) et certains cours dans le dojo du fond ( DF)**

## HORAIRES DES COURS

### Jiu-Jitsu Brésilien ( jib) – grappling (gra) - sambo (sa) :

<b>Lundi</b>	de 19h00 à 20h15	ados et adultes /	<b>Kingersheim DF*</b> (gra) technique- débutants
<b>Lundi</b>	de 20h15 à 21h30	ados et adultes	<b>Kingersheim DF*</b> (gra) cours avancés
<b>Lundi</b>	de 20h30 à 22h00	ados et adultes	<b>Kingersheim ND*</b> (jib)
<b>Mardi</b>	de 20h30 à 21h45	ados et adultes	<b>Guebwiller (gra + jib)</b>
<b>Mercredi</b>	de 20h00 à 22h00	adultes	<b>Kingersheim DF*</b> (jib)
<b>Mercredi</b>	de 16h30 à 17h30	enfants de 6 à 14 ans	<b>Kingersheim ND *</b> (jib +sa)
<b>Jeudi</b>	de 18h30 à 20h00	ados et adultes	<b>Kingersheim ND* (sa + gra)</b>
<b>Vendredi</b>	de 21h00 à 22h15	adultes	<b>Kingersheim DF*</b> (jib + sa + gra ; combats)
<b>Samedi</b>	de 16h00 à 17h00	enfants –ados 6-15 ans	<b>DF* (jib + sa)</b>
<b>Vendredi</b>	de 19h00 à 20h30	ados et adultes	<b>Guebwiller (jib + gra)</b>
<b>Samedi</b>	de 15h30 à 17h00	ados et adultes	<b>Guebwiller (jib + gra ; combats)</b>

### Combat Complet (MMA pour les adultes) :

<b>Lundi</b>	de 19h00 à 20h00	+ MMA ados et adultes /	<b>Kingersheim DF*</b> loisirs débutants
<b>Lundi</b>	de 20h00 à 21h30	+ MMA ados et adultes /	<b>Kingersheim DF*</b> cours avancés
<b>Mardi</b>	de 17h00 à 18h00	enfants de 6 à 10 ans	<b>Guebwiller</b>
<b>Mardi</b>	de 18h00 à 19h00	enfants de 11 à 15 ans	<b>Guebwiller</b>
<b>Mardi</b>	de 19h00 à 20h30	+ MMA ados et adultes	<b>Guebwiller</b>
<b>Mercredi</b>	de 14h30 à 15h30	enfants de 6 à 10 ans	<b>Kingersheim DF *</b>
<b>Mercredi</b>	de 15h30 à 16h30	enfants de 11 à 15 ans	<b>Kingersheim DF *</b>
<b>Mercredi</b>	de 18h30 à 20h00	ados et adultes	<b>Kingersheim DF*</b>
<b>Vendredi</b>	de 21h00 à 22h15	adultes	<b>Kingersheim DF*</b> MMA ; combats
<b>Vendredi</b>	de 17h30 à 18h30	enfants de 6 à 14 ans	<b>Soultz</b>
<b>Samedi</b>	de 15h30 à 17h00	+ MMA ados et adultes	<b>Guebwiller ; cours combats</b>
<b>Samedi</b>	de 14h00 à 15h00	enfants de 6 à 10 ans	<b>Kingersheim DF*</b>
<b>Samedi</b>	de 15h00 à 16h00	enfants 10 à 14 ans	<b>Kingersheim DF*</b>
<b>Samedi</b>	de 14h00 à 15h00	enfants de 6 à 14 ans	<b>Wittelsheim</b>

### Combat défense – Krav Maga :

<b>Jeudi</b>	de 19h30 à 21h00	ados et adultes	<b>Guebwiller</b>
<b>Samedi</b>	de 15h00 à 16h30	ados et adultes	<b>Wittelsheim</b>

### Tae Kwon Do :

<b>Lundi</b>	de 18h30 à 20h00	enfants + de 10 ans et adultes	<b>Soultz</b>
<b>Lundi</b>	de 17h15 à 18h15	enfants à partir de 6 ans	<b>Guebwiller</b>
<b>Mardi</b>	de 18h15 à 19h15	enfants 6 à 10 ans	<b>Kingersheim ND*</b>
<b>Mardi</b>	de 19h15 à 20h15	enfants + de 10 ans et adultes	<b>Kingersheim ND*</b>
<b>Jeudi</b>	de 18h15 à 19h15	enfants 6 à 14 ans	<b>Bergholtz</b>
<b>Vendredi</b>	de 18h00 à 19h00	enfants 6 à 14 ans	<b>Bollwiller</b>
<b>Samedi</b>	de 14h00 à 15h00	enfants de 6 à 15 ans	<b>Wittelsheim</b>

### Initiation arts martiaux, MARTIAL Kids 4-6ans (3 ans si accord de l'entraîneur) :

<b>Jeudi</b>	de 17h00 à 17h45	<b>Guebwiller</b>
<b>Vendredi</b>	de 16h45 à 17h30	<b>Soultz (A DEFINIR)</b>
<b>Mercredi</b>	de 17h30 à 18h15	<b>Kingersheim DF*</b>

### Boxe Thai

<b>Lundi</b>	de 19h30 à 21h00	entraînement libre ados adultes	<b>Guebwiller</b>
<b>Lundi</b>	de 18h15 à 19h15	enfants de 7 à 15 ans	<b>Guebwiller</b>
<b>Mardi</b>	de 19h00 à 20h30	ados et adultes	<b>Guebwiller</b>
<b>Jeudi</b>	de 19h30 à 21h00	ados et adultes	<b>Guebwiller</b>
<b>Lundi</b>	de 18h00 à 19h00	ados 7 à 15 ans	<b>Kingersheim DF*</b>
<b>Mardi</b>	de 20h15 à 21h45	ados et adultes	<b>Kingersheim ND*</b>
<b>Jeudi</b>	de 20h00 à 21h30	ados et adultes	<b>Kingersheim ND*</b>
<b>Samedi</b>	de 17h00 à 18h00	ados 7 à 15 ans	<b>Kingersheim DF*</b>

