

**COMPTE-RENDU DE LA
COMMISSION TAISO
POUR L'OLYMPIADE 2020 - 2024**

Compte-rendu de la commission Taïso pour la saison 2020 - 2021



QUE DIRE DE CETTE SAISON 2020 – 2021 :

Malheureusement, la commission Taïso, n'a pu mettre en place, aucun entraînement départemental.

Et pour cause, DOJO fermés, complexes sportifs fermés, interdiction de se réunir en intérieur, comme en extérieur.

Pour rappel, depuis sa création en 2016, la commission Taïso ne réunit pas moins de 30 à 40 personnes par entraînement, dans une ambiance et une convivialité toujours au rendez-vous.

Nous restons confiants pour la saison à venir.

Le Taïso a pour objectifs :

- **De renforcer le système musculaire,**
- **D'augmenter le système cardio-vasculaire,**
- **D'améliorer la maîtrise des gestes,**
- **D'augmenter la souplesse,**
- **D'apprendre à se relaxer.**

N'hésitez pas, par le biais du Comité Départemental du Pas-de-Calais, à nous contacter dès maintenant, pour la saison prochaine.

La commission Taïso se compose de :

Etienne DENEUX : Responsable, Valérie DECROIX, Franck CANIVET, Xavier BARBIER, Membres.

Compte-rendu de la commission Taïso pour la saison 2021 - 2022

Pour cette saison la commission Taïso s'est déplacée dans trois clubs :

- **Saint Laurent Blangy le 28 novembre**
- **Lapugnoy le 19 décembre 2021**
- **Racquingham le 16 avril 2022**

Chaque entrainement organisé par le comité départemental du Pas-de-Calais réunit pas moins de 30 à 40 personnes, dans une ambiance et une convivialité toujours au rendez-vous.

Le Taïso a pour objectifs :

- De renforcer le système musculaire,
- D'augmenter le système cardio-vasculaire,
- D'améliorer la maîtrise des gestes,
- D'augmenter la souplesse,
- D'apprendre à se relaxer



N'hésitez pas, par l biais du comité Départemental du Pas-de-Calais, à nous contacter dès maintenant, pour la saison prochaine.

La commission Taïso se compose de :

Etienne DENEUX, Responsable, Valérie DECROIX, Franck CANIVET, Xavier BARBIER, Membres.



Compte-rendu de la commission Taïso pour la saison 2022 - 2023

Pour cette saison la commission Taïso s'est déplacée dans un club :

- **Saint Laurent Blangy le 20 novembre 2022**

Cet entrainement organisé par le comité départemental du Pas-de-Calais a réuni 25 personnes.

Nous avons rencontré, des problèmes d'organisation, notamment sur la programmation des dates d'intervention.

N'hésitez pas, par le biais du comité Départemental du Pas-de-Calais, à nous contacter dès maintenant, pour la saison prochaine.

La commission Taïso se compose de :

Etienne DENEUX, Responsable, Valérie DECROIX, Franck CANIVET, Xavier BARBIER, Membres.



Compte-rendu de la commission Taïso pour la saison 2023 - 2024

Cette saison la commission Taïso s'est déplacée à :

- **LAPUGNOY le 25 mars 2024**

Cet entrainement est organisé par le comité départemental du Pas-de-Calais.

Deux autres dates devraient être programmées d'ici la fin de la saison.



N'hésitez pas, par le biais du comité Départemental du Pas-de-Calais, à nous contacter dès maintenant, pour la saison prochaine.

La commission Taïso se compose de :

Etienne DENEUX, Responsable, Valérie DECROIX, Franck CANIVET, Xavier BARBIER, Membres.