GOUREN Actua

SPECIAL RENTREE

n° 78
septembre 2004

IMPRESSION : IMPRIMERIE DU VIADUC - 29600 MORLAIX
Dépôt légal 3ème trimestre 2004

Fédération de Gouren - Comité National de Gouren de la FFL
Saint Ernel - 29800 Landerneau - tél et fax : 02 98 85 40 48
e-mail : federation.gouren@bzh5.com - site internet :www.gouren.com

SAISON 2004 - 2005

La saison de Gouren va du 1er septembre au 31 août ; ce sont aussi les dates de validité de votre licence. Les clubs proposent des entraînements à la compétition mais aussi une pratique de loisir.

C'est la rentrée pour tout le monde et dans les skolioù on s'active déjà pour accueillir les lutteurs. Avant de renouveler votre licence pour la saison 2003-2004, n'oubliez pas qu'il vous faut un **certificat médical**. Si vous avez déjà le Passeport du Lutteur, présentez-le à votre médecin pour qu'il le signe dans la case prévue à cet effet. Si vous ne l'avez pas encore, votre skol pourra vous le fournir. Très pratique, il comprend une partie administrative, une partie pédagogique ainsi que diverses informations sur votre sport préféré.

Un jeu avant tout

Quelques clubs ont commencé à mettre en place du "Gouren Loisir". Il s'agit d'une pratique qui n'est pas tournée vers la compétition mais plutôt axée sur la **Progression Technique** : initiation et perfectionnement des techniques de base bien sur, des variantes et enchaînements, beaucoup de jeux sans oublier les passages de Rannig. Plusieurs skolioù ont même lancé des sections "Baby Lutte" ou "Baby Gouren" pour les enfants de 4 à 6 ans.

Le Gouren n'est pas qu'un sport de combat, c'est aussi et avant tout un jeu. Un jeu d'adresse, un jeu de force, pratiqué depuis des siècles pour le plaisir, pour développer et entretenir sa forme physique ou bien encore prendre de l'assurance pour résister aux agressions du monde moderne. Cette dimension ludique est, bien entendu, présente en compétition mais celles et ceux qui redoutent l'affrontement en tournoi officiel et préfèrent pour le moment rester en club ou participer aux stages et "entraînements de masse" peuvent y trouver leur compte.

Forme physique

Les énormes qualités du Gouren se révèlent aussi en dehors de la pratique compétitive. Le Gouren met en action tous les muscles du corps et permet de développer des qualités physiques : souplesse, vitesse, force ; mais aussi intellectuelles en faisant appel à l'esprit d'analyse, de décision. Vous êtes nombreux à retrouver le pallenn une, deux, voire trois fois par semaine pour toutes ces raisons.

Pour autant la compétition est accessible à tous et permet de progresser bien plus vite qu'à l'entraînement. Voyez un peu notre dossier "Compétition" en page 4, vous constaterez qu'il y en a pour tous les âges et tous les niveaux. N'hésitez pas à participer, 100% des champions ont débuté un jour.

ASSEMBLEE GENERALE 2004 ELECTIONS !

L'assemblée générale annuelle de la Fédération se déroulera à Monterfil le 14 novembre. Elle revêt cette année un caractère particulier : les élections générales. 2004 est en effet une année élective, comme tous les 4 ans, et nous aurons à renouveler le Comité Directeur et les Commissions.

De nombreuses places d'élus, de responsables, de membres de commissions vont se trouver vacantes. APPEL est lancé à toutes les bonnes volontés pour participer à la vie et à l'avenir du Gouren.

CANDIDATS : FAITES VOUS CONNAITRE !

Responsables de club : chaque skol dispose à l'AG d'un certain nombre de voix et d'un certain nombre de sièges de délégués. Prévoyez dès maintenant de remplir ces sièges de façon que le quorum soit atteint bien sûr, mais aussi que les débats soient riches et représentatifs de la vie du Gouren.

GOUREN AU BAC

Option Gouren au baccalauréat : inscrivez-vous !

S'inscrire ? Déjà ? Et oui déjà, car l'inscription se fait avant décembre et mieux vaut anticiper. Et puis cela fera un peu de publicité à notre sport auprès des professeurs et de l'administration du lycée.

La première année avec sept candidats, l'A.F.P., TF1, FR3, Europe 2... et les autres médias, ce fut un événement sans précédent ! ...dans l'histoire du Gouren. Depuis, une bonne quarantaine de candidats a choisi cette option, sans le regretter puisque certains ont réussi à gagner quelques points précieux pour l'obtention du diplôme tant convoité !

Le Gouren au bac c'est important, il faut savoir qu'il n'y a qu'une dizaine d'options sportives dans l'Académie de Bretagne et le Gouren en fait partie.

Pour tout renseignement : 02.98.99.98.02

REGLEMENTS

NOUVEAU :
COUPE DE BRETAGNE DES CADETS

Après la Coupe des Jeunes pour les benjamins et minimes, le trophée Triskell pour les féminines cadettes, juniors et seniors, voici un nouveau prix créé spécialement pour les cadets. C'est en effet une catégorie "entre deux", qui attend de pouvoir monter pour participer au trophée du lamm et au trophée Pierre Philippe.

Des points seront attribués pour les challenges et les championnats comme pour la coupe des jeunes (voir ci-contre).

Différence : trois challenges individuels et un par équipe, mais même principe d'attribution des points.

Bonus : attribution de 3 points supplémentaires pour celui qui participera à un stage de formation et 1 point pour la participation à un entraînement international.

Six vainqueurs (un par catégorie de poids) seront désignés à l'issue de la saison d'hiver et se verront remettre leur trophée pendant le tournoi de la "Saint Kadou", la grande fête des lutteurs organisée le premier dimanche d'août.

COUPE DES JEUNES : DU NOUVEAU

Le classement de la coupe de Bretagne des Jeunes (benjamins et minimes, garçons et filles) totalise les points combats acquis lors des compétitions. Cela reste le cas pour les challenges où chacun dispute 3 combats, sauf manque d'adversaire. Les points attribués à chaque combat sont les suivants :

Lamm 6, kostin et poent 4, autre victoire 3, exempt 3, défaite 1, forfait ou divrud 0. On additionne les 3 combats (ou exemption) du jour.

Le changement concerne les championnats. Les points de chaque combat ne sont plus totalisés, mais le classement du championnat attribue des points. Barème :

- départemental : 8 points au premier puis 6, 4, 2, 1
- de Bretagne : 10 points au premier puis 8, 6, 4, 2, 1.

Les féminines, dont les catégories de poids diffèrent quelque peu de celles des garçons, sont classées dans ces dernières.

Les trophées, six en benjamin, sept en minime, sont remis pendant le tournoi de la "Saint Kadou", la grande fête des lutteurs organisée le premier dimanche d'août.

LE TROPHEE TRISKELL
UN PRIX POUR LES FEMININES

Catégories concernées :
Les féminines des catégories cadettes, juniores et seniores. Les lutteuses sont réparties en deux catégories de poids : -56 Kg et +56 Kg. Il n'y a pas de catégorie d'âge.

Compétitions prises en compte :
Les 3 journées du challenge individuel
Les Open
Les championnats départementaux
Le championnat de Bretagne de Gouren
Le championnat de Bretagne de Back-Hold
Les tournois d'été officiels ouverts aux féminines

Attribution des points :
Challenge individuel de Bretagne : à l'issue de chaque journée est établi un classement par catégorie (-50Kg, -56, -63, -70, -80 et +80). Dans chaque catégorie les lutteuses reçoivent les points de la façon suivante : 6 points à la première, 4 à la deuxième, puis 3, 2 et 1 points. Le classement pris en compte est celui de chacune des trois journées.

Championnat de Bretagne et de Back-Hold : 8 points à la première de chacune des 6 catégories de poids officielles, 6 à la deuxième, puis 4, 3, 2 et 1 points.

Championnats départementaux et Open : 6 points à la première de chacune des 6 catégories de poids officielles, 5 à la deuxième, puis 4, 3, 2 et 1 points

Tournois d'été avec appariements : 6 points à la première de chaque catégories (-56 et +56 ou toutes catégories), 5 à la deuxième, puis 4, 3, 2 et 1 points

Tournois d'été Mod-Kozh : 8 points à la lutteuse qui remporte le tournoi, 6 points pour 2 combats gagnés, 4 points pour un combat gagné, 2 points pour un combat perdu, 1 point pour une participation sans lutter.

Nota : Les lutteuses seules dans leur catégorie ont leurs points divisés par deux

Remise du trophée :
A l'issue de la saison de compétition, toutes les lutteuses ayant participé à au moins une journée sont classées. La lutteuse ayant marqué le plus de points dans chacune des 2 catégories sera récompensée par un trophée. Ce trophée sera remis lors de l'assemblée générale de la Fédération de Gouren.

"Vainqueuses" 2004 :
Virginie Kerjean (de Skol Gouren Guipavas) en - de 56 kg et Régine Le Blaos (Spezet) et + de 56 kg (respectivement en partant de la gauche, 1ère et 3ème sur la photo ci-contre).

LA VIE DU GOUREN

"Olivier ! Tu avais 20 ans, tu aimais le Gouren et tu aimais la vie!"

Olivier Guiffant (2ème agenouillé derrière) avec le Skol Roazhon lors du Challenge de Trégunc en janvier.

Tu nous a quittés au lendemain de la fête du Skol Roazhon dont tu étais membre depuis plusieurs années.
Les sonneurs ont joué Dalc'h Sonj (Souviens-toi) en ta mémoire lors du serment au tournoi de Monterfil où tes amis lutteurs t'ont rendu hommage.

Un grand vide dans nos cœurs en cette rentrée !

A ta famille, le monde du Gouren apporte aujourd'hui toute sa sympathie.

Kenavo Olivier.

MAUVAISE NOUVELLE D'AUTRICHE

Dear friends,

Today we are forced to send you bad news from the Pinzgau team of wrestling.

Last Saturday (21 août, NDLR) Martin Hinterbichler died because of a car accident. He had an age of 18 years. We are sure you remember this wonderful young sportsman. He was first in Gouren and second in Backhold + 100 kg at Easter. At the traditional wrestling at the mountain "Hundstein" end of July he started in the category "Seniors III" instead of youth class and was the winner.

Everybody is sad about this tragic accident.

Günther & Elisabeth Heim

LES LUTTEUSES FRANCAISES REVIENNENT D'ATHENES AVEC

DEUX MEDAILLES DE BRONZE

Leur carte postale est signée du Président de la FFL, également responsable de la délégation olympique française. Elle l'est aussi des athlètes dont les deux médaillées, Lise Legrand et Anna Gomis que certain de nos moniteurs ont rencontré lors de stages de formation au Brevet d'Etat.

Carine et Michael BOISSON vous adressent leurs plus sincères remerciements pour l'attention que vous leur avez porté à l'occasion de leurs épousailles les 22 et 24 juillet 2004.

INFOS PRATIQUES

LA LICENCE

La licence fédérale permet de pratiquer son sport favori dans son club et en compétition, mais aussi de participer aux réunions, Assemblées Générales, colloques et stages qui rythment la vie du Gouren toute l'année.

Les inscriptions se font dans la plupart des skolioù dès le mois de septembre. Surveillez les annonces dans la presse locale, votre skol va sûrement faire paraître ses jours et horaires d'entraînement !

Les mineurs doivent venir avec une autorisation parentale et tout le monde doit fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Gouren ; c'est la loi ! Les skolioù ont des formulaires type.

Un espace est prévu dans votre Passeport Gouren pour le médecin. Si vous ne l'avez pas lors de la visite médicale, retournez le voir ou mettez votre certificat à l'intérieur, fixé avec un trombone.

Votre skol vous proposera un passeport avec le timbre-licence de la saison en cours à coller dedans.

Il doit également vous informer des possibilités de souscription d'une assurance complémentaire.

TARIF DES LICENCES FEDERALES 2004-2005 (*)

Poucet	Poussin	Benjamin	Minime	Cadet	Junior	Senior	Dirigeant & Arbitre **
22,00 €	26,00 €	27,50 €	27,50 €	30,50 €	30,50 €	30,50 €	22,00 €

(*) Possibilité de déduire 3,05 € pour le 2ème, 3ème ... lutteur d'une même famille.

** rappel : la licence dirigeant et arbitre ne permet ni de lutter ni d'enseigner

Demi-tarif à partir du 1er avril (ne donne pas accès aux compétitions)

En plus de la licence fédérale, vous paierez la cotisation annuelle du club, variable selon les skolioù.

Forfait supplémentaire de 46 € par lutteur (16 € à partir du 1er avril 2005) pour les Skolioù Gouren ayant un contrat avec la Fédération ou un Comité Départemental pour l'utilisation des services d'un moniteur professionnel (15 lutteurs au minimum pour une intervention / semaine, 30 pour deux interventions / semaine, 45 pour trois interventions / semaine ...).

TENUES

ROCHEDOU	tarif
petite taille (jusqu'à 40)	24,50 €
grande taille (42 et +)	32,10 €

BRAGOU	tarif
7-8 et 8-10 ans	16,10 €
10-12 ans	20,60 €
12-14, ADO, T1 et T2	27,50 €

PASSEPORT :	3 €
AFFICHE RANNIG :	3 €
BADGES COULEURS :	1,50€ (1€ par 10)

LES CATEGORIES D'AGE ET DE POIDS

Le Gouren, comme la plupart des sports de combat, se pratique par catégories d'âge et de poids. Si des accommodations peuvent exister à l'entraînement, il n'en va pas de même en compétition où les lutteurs sont strictement répartis dans des catégories officielles.

Des changements sont intervenus l'an dernier chez les minimes garçons qui voient l'ajout d'une catégorie de poids. Le but est d'éviter de trop grandes disparités entre super-lourds. Quant aux Jeunes Féminines, elles sont regroupées dans la même catégorie d'âge afin d'éviter d'être trop souvent seule dans son groupe.

Des dérogations sont parfois accordées mais ne peuvent dépasser un échelon. Notons cependant le cas particulier des Challenges Individuels dont la Troisième Catégorie (cf. page 4) est composée de lutteurs cadets à seniors, comme la catégorie des Féminines d'ailleurs.

Notez bien également que **les Benjamines et Minimes Filles ne participent plus aux Challenges Individuels**.

Les catégories 2004-2005 :

Catégories	Années de naissance	Plumes	Légers	Moyens	Mi-Lourds	Lourds	Super-lourds	
Poucet	1997-98							
Poussin	1994-95-96	- 25 kg	- 28 kg	- 32 kg	- 36 kg	- 41 kg	+ 41 kg	
Benjamin	1992-93	- 33 kg	- 37 kg	- 41 kg	- 46 kg	- 52 kg	+ 52 kg	
Minime	1990-91	- 40 kg	- 45 kg	- 50 kg	- 56 kg	- 62 kg	- 68 kg	+ 68 kg
Cadet	1988-89	- 48 kg	- 54 kg	- 60 kg	- 66 kg	- 74 kg	+ 74 kg	
Junior	1985/86/87	- 57 kg	- 62 kg	- 68 kg	- 74 kg	- 81 kg	+ 81 kg	
Senior	1984 et -	- 62 kg	- 68 kg	- 74 kg	- 81 kg	- 90 kg	+ 90 kg	
BM Fille	1990-93	- 35 kg	- 40 kg	- 45 kg	- 50 kg	- 56 kg	- 62 kg	+ 62 kg
CJS Fille	1989 et -	- 50 kg	- 56 kg	- 63 kg	- 70 kg	- 80 kg	+ 80 kg	

LES COMPETITIONS

Les compétitions de Gouren se déroulent par catégories d'âge et de poids (cf. page 3) ainsi que d'après le niveau sportif des lutteurs. Elles sont individuelles ou par équipes.
Notez bien : cette année les compétitions débutent à 11h (pesée) sauf indication contraire

Les Challenges de Bretagne par Equipes donnent lieu à un classement des clubs par catégories d'âge et un classement général appelé Coupe de Bretagne des Skolioù.

A l'issue de chaque tournoi on prend en compte les résultats des 5 meilleurs lutteurs de chaque skol selon un barème bien précis. A l'issue du Challenge, le meilleur total de points désigne le skol vainqueur.

Trois Challenges sont organisés pendant la saison d'hiver :

Le Challenge Poussins se déroule sur 3 journées de niveaux différents. La première a lieu dans les districts : Léon, Kerné-Ménez Aré et Trégor-Haute Bretagne. Viennent ensuite les journées départementales puis la journée fédérale qui constitue la finale de ce challenge.

Au cours de ces trois tournois, chaque lutteur effectue deux combats au cours desquels il marque des points selon son résultat : un lamm vaut 6 points, 1 kostin vaut 4 points, ainsi que le poent, les autres résultats 3 points, la défaite vaut 1.

calendrier 2004-2005 des Poussins :

1ère journée, districts :	**28 novembre**
2ème journée, départements :	**23 janvier** (11h)
3ème journée, Fédération :	**13 mars**

Le Challenge Jeunes regroupe les benjamins et minimes et se déroule de la même façon que le Challenge Poussins sauf que les lutteurs font 3 combats à chaque tournoi.

calendrier 2004-2005 :

1ère journée, districts :	**28 novembre**
2ème journée, départements :	**23 janvier** (pesée à **13h** dans le Finistère)
3ème journée, Fédération :	**3 avril**

Le Challenge Adultes réunit les cadets, juniors et seniors en une seule journée. Chacun combat 3 fois et marque également des points pour son club.

calendrier 2004-2005 :

journée fédérale organisée le **samedi 9 avril** (16h)

A l'issue du dernier tournoi par équipe de la saison (9 avril 2005), on procède à l'addition des 5 meilleurs résultats de chaque skol obtenus lors des journées fédérales. Le club ayant le plus de points remporte la ***Coupe de Bretagne des Skolioù***.

Les Championnats Départementaux sont des tournois individuels qui font se rencontrer les lutteurs et lutteuses d'un même département ou groupe de départements. Sont concernés les garçons benjamins, minimes, cadets, juniors et seniors ainsi que les féminines à partir de benjamine.

calendrier 2004-2005 :

Ils auront lieu le : **15 mai**

Les Championnats de BRETAGNE 2005 sont ouverts à tous les benjamins et minimes, garçons et filles et aux lutteuses et lutteurs cadets, juniors et seniors ayant participé à leur Championnat Départemental.

calendrier 2004-2005 :

Championnat de Bretagne *jeunes* : ***22 mai***
Championnat de Bretagne *adultes* : ***29 mai***

Les Challenges de Bretagne Individuels permettent de pratiquer la compétition à son niveau et pour cette raison connaissent un grand succès. Il y a quatre challenges, organisés les mêmes jours : ***1ère, 2ème et 3ème catégories*** ainsi que ***Féminines CJS***.

Trois journées sont organisées pendant la saison, au cours desquelles chaque lutteur et lutteuse fait 3 combats. Chacun marque des points selon le même barème que lors des compétitions par équipe et le vainqueur, dans chaque catégorie de poids, est celui ou celle qui totalise le plus grand nombre de points.

Bon à savoir :

Les lutteurs de 3ème Catégorie sont les **juniors et seniors débutants** (3 ans de licence maximum) ainsi que les **cadets**.

Les 2ème Catégorie sont les **juniors et seniors * qui ne sont plus débutants**, ainsi que ceux qui n'ont pas été finalistes d'un Championnat de Bretagne ni vainqueur du Trophée Pierre Philippe et, obligatoirement, les **2 premiers du challenge 3ème Catégorie (junior ou senior)**.

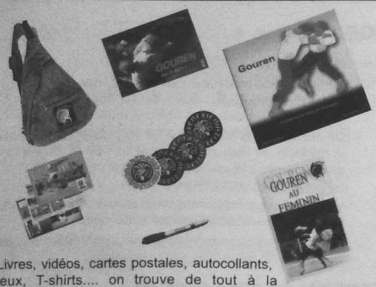
* Dérogations possibles pour certains cadets

Les 1ère Catégorie sont les seniors finalistes d'un Championnat de Bretagne, les vainqueurs du Trophée Pierre Philippe ainsi que les **2 premiers seniors du challenge 2ème catégorie**.

calendrier 2004-2005 des Challenges Individuels :

1ère journée :	**9 janvier**
2ème journée :	**6 février**
3ème journée :	**6 mars**

INFOS DIVERSES



Livres, vidéos, cartes postales, autocollants, jeux, T-shirts.... on trouve de tout à la Boutique du Gouren !

Destinés à promouvoir le Gouren, on peut se procurer ces articles auprès de la Fédération (bon de commande dans les clubs) ou à l'occasion de certaines compétitions.

dimanche 3 octobre, colloque des Educateurs et Dirigeants

Au programme : l'éthique du Gouren (le matin) et la promotion du Gouren (l'après-midi) animée par Victor GERSAGOUI, spécialiste de la communication.

Les permanents du Gouren :

Secrétariat Fédération :
Hervé CARON (directeur) et Gisèle COLIN
02 98 85 40 48
federation.gouren@bzh5.com

Moniteurs :
- Fédération :
  Philippe LOZAC'H (région)
  02 98 99 98 02
  06 87 08 61 16
  Kévin JEROME (22 et centre Bretagne)
  06 10 12 74 30
  Adrien QUEINNEC (Ille et Vilaine)
  06 30 61 60 47
- CD 22 : Guillaume COLAS 06 22 99 05 77
- CD 29 Bertrand LE HELLAYE 06 83 40 17 29
- CD 56 : Comité Départemental : 02 97 93 08 07

TI AR GOUREN :
Jacques LE GOFF et Nelly POUPON
02 98 99 03 80
tiargduren@wanadoo.fr

GOUREN ACTUA est diffusé aux licenciés à raison **d'un exemplaire par famille**. Vous pouvez obtenir des exemplaires supplémentaires auprès de la Fédération.
***GOUREN ACTUA* septembre 2004 (n° 78)**
Responsable de la publication : Jean-François Hubert
Rédaction, mise en page : Hervé Caron

LE CALENDRIER DES FORMATIONS 2004 - 2005

Colloque des éducateurs et dirigeants :
- dimanche 3 octobre ; *Thème principal :*
- *Ethique Sportive du Gouren*
- *Promotion du Gouren*

Journée de formation arbitrage et table :
- dimanche 7 novembre
- samedi 29 janvier : *examen*

STAGES DE FORMATION DE MONITEURS :
- N°1 **16 et 17 octobre** - *cette session au CREPS de DINARD est également un stage de perfectionnement-"formation continue" pour les moniteurs et initiateurs.*
- N°2 **20 et 21 novembre**
- N°3 **11 et 12 décembre**
- N°4 **15 et 16 janvier**
- **examen samedi 29 janvier**

STAGES DE FORMATION D'INITIATEURS :
- **perf 16 et 17 octobre**
- N°1 **29 et 30 octobre**. *Nota : stage de préparation, pas d'examen*
- N°2 **du 16 au 18 février ; *examen***

STAGES TECHNIQUES FEMININES :
- 18 et 19 décembre *(ouvert à toutes)*
- du 25 au 27 février *(+ de 14 ans)*

STAGE TECHNIQUE JEUNES :
- 14 et 15 février

ENTRAINEMENTS INTERNATIONAUX :
Organisés le samedi après-midi ou le dimanche matin, ils concernent les membres de l'Equipe de Bretagne Gouren et Back-Hold. *Ils sont ouverts aux compétiteurs cadets juniors et seniors de bon niveau.*
- 23 octobre
- 27 novembre
- 19 décembre
- 16 janvier
- 19 février
- 19 mars
- 23 avril

Le Championnat d'Europe 2005 se tiendra en Ecosse, du 5 au 8 mai.

RKB 106.5 Guingamp 102.9 Maël-Pestivien 99.4 Berrien
equip club LANDIVISIAU
SKRID
Z.A Toull Ar Ranig
29470 Ploegastell - Daoulas
Tél : 02 98 40 57 41
e-mail : skrid@wanadoo.fr

La Boutique Gouren

Bon de Commande
joindre un chèque à l'ordre de Fédération de Gouren

juin 2004

NOM et ADRESSE :

TEXTILES

				nombre	total
DEBARDEURS	filles	M	5 €		
		L	5 €		
		XL	5 €		
	gars	M	5 €		
		L	5 €		
		XL	5 €		
		XXL	5 €		
T-SHIRTS					
adultes BLANC	S, M, L, XL		5 €		
adultes GRIS chiné	M, L, XL, XXL		7 €		
enfants : 7/8 ans, 9/11, 12/14			5 €		
précisez la ou les taille(s) souhaitées --->					
SWEAT-SHIRT		XL	10 €		
ROCHED		--->40	30,00 €		
		42 et +	40,00 €		
BRAGOU		7 - 8 ans	16,10 €		
		8 - 10 ans	16,10 €		
		10 - 12 ans	20,60 €		
		12 - 14 ans	27,50 €		
		Ado	27,50 €		
		T 1	27,50 €		
		T 2	27,50 €		
VESTE D'ARBITRE		L	25 €		
		XL	25 €		
		XXL	25 €		
		XXXL	25 €		
NOUVEAU SAC ASYMETRIQUE Gouren			8,00 €		

Badges couleurs à l'unité 1,50 € | par 10 : 1 € pièce

COULEURS	blanc	jaune	orange	vert	bleu	mauve	marron	noir
QUANTITE								

		prix	nombre	total
NOUVEAU	Gouren - Traditions de lutte en Bretagne, de Maël Kerdraon	prix public:11€ licenciés : 9€		
	La Lutte des Origines à nos Jours	3,80 €		
	La Lutte des Origines à nos Jours - en BRETON	3,80 €		
	Ar Gouren - Prises de Base	5 €		
	Ar Gouren - Prises de Base - anglais	5 €		
	Manuel de l'éducateur - Spécial prises, les Variantes	4,50 €		

La Boutique Gouren

Bon de Commande

joindre un chèque à l'ordre de Fédération de Gouren

juin 2004

VIDEO Championnat d'Europe 1999	12,20 €		
VIDEO GOUREN AU FEMININ	12,20 €		
VIDEO Prises de Base du Gouren	7,60 €		
PASSEPORT GOUREN	3,00 €		
AFFICHE bec'h dezhi !	1,00 €		
AFFICHE Progression Technique	3,00 €		
Cartes Postales	0,30 €		
NOUVEAU MODELE rouge & blanc — Stylo Gouren	0,60 €		
NOUVEAU — Jeu de cartes des 7 familles	4,00 €		
Autocollant logo	0,50 €		
Autocollant maout	0,50 €		
Banderole Gouren (2 logos)	38,00 €		
Banderole herminée (le mètre)	4,60 €		
Abonnement à Gouren-Actua & Gouren Info (pour les non licenciés)	15,00 €		
	TOTAL Articles		

Participation aux frais de port :
Franco de port jusqu'à 15 €
Commande supérieure à 15 € : ajouter **2,50 €**
Commande supérieure à 45 € : ajouter **4,80 €**

TOTAL GENERAL

Pour éviter les frais de port vous pouvez vous faire livrer à l'occasion d'une réunion, une compétition...
Dans ce cas ne comptez pas de frais de port et indiquez ci-dessous la date et lieu de livraison souhaités

livraison souhaitée à ..... **le** .....