



STAGE D'ESCRIME

du lundi 26 au vendredi 30 octobre 2009

Avec le Cercle des Escrimeurs du Pays Vençois

Tireurs concernés

Fleuret Pupilles, Benjamins Minimes
Débutants et confirmés

Épée Benjamins, Minimes, cadets
Débutants et confirmés

Lieu:

*Salle du Jeu de Paume
Rue Clara Gasquet
06480 La Colle sur Loup*

accès: dans la direction de Bar sur Loup, après la piscine à la hauteur du stade, tourner à droite pour aller vers la pharmacie. La salle est au dessus du jeu de boules et au dessous du parking

Horaires

De 9h30 à 17h le lundi 26
De 9h à 17h les 4 autres jours

Prévoir un pique-nique pour le repas de midi qui sera pris sur place

Encadrement

Animation : Florian Gambino et Robert Kröss

Organisation et coordination:

Régine Gaude, Présidente

Hervé Noël, Secrétaire

Tarif

100€

Renseignements et Inscription

cepv@paysvencois-escrime.fr

04 93 58 05 38

www.paysvencois-escrime.fr

Date limite d'inscription: **le 23 octobre 2009**

Objectif

Remise à niveau et progression technique et physique en pratique du fleuret ou de l'épée
Rencontre et échanges entre tireurs de divers clubs individuellement et par équipe

Programme

Sous forme ludique mais assidue il vous sera proposé des leçons individuelles, leçons collectives et des assauts sur divers thèmes. La préparation physique et mentale, mais aussi l'arbitrage, le réparation de matériel seront abordés

Règlement

- Présentation de la licence FFE obligatoire elle tient lieu de certificat médical et d'assurance.
- Matériel:
 - x 2 fleurets en état de fonctionnement
 - x 2 fils de corps
 - x une cuirasse électrique
 - x Votre tenue complète (sous-cuirasse 350 N, veste et pantalon 350N, gant, chaussettes hautes et masque)

Pour le matériel prêté aux adhérents du CEPV, toute détérioration sera à la charge du tireur.

En plus du matériel spécifique; prévoir serviette de toilette, tee-shirt de rechange, bouteille d'eau et **le pique-nique** ainsi qu'un vêtement chaud.

Attention Le club ne pourra en aucun cas être tenu responsable pour les détériorations, les pertes ou vols de matériel.