

ESCRIME ANCIENNE

HORAIRES DES ENTRAÎNEMENTS

SAISON 2023 - 2024

MARDI		JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
LEÇONS INDIVIDUELLES 14h00 - 17h00		LEÇONS INDIVIDUELLES 14h00 - 18h00	LEÇONS INDIVIDUELLES 14h00 - 18h00	LEÇONS INDIVIDUELLES 09h00 - 10h00
ÉPÉE / ÉPÉE LONGUE SABRE / BAÏONNETTE 18h00 - 21h30	LEÇONS INDIVIDUELLES 18h00 - 21h30	PRÉPARATION COMPÉTITEURS FORMATION MONITEURS LEÇONS INDIVIDUELLES 18h00 - 19h30	PRÉPARATION COMPÉTITEURS FORMATION MONITEURS LEÇONS INDIVIDUELLES 18h00 - 19h30	ÉPÉE / ÉPÉE LONGUE SABRE / BAÏONNETTE 10h00 - 12h00
		ÉPÉE / ÉPÉE LONGUE SABRE / BAÏONNETTE 19h30 - 21h30	ÉPÉE / ÉPÉE LONGUE SABRE / BAÏONNETTE 19h30 - 21h30	LEÇONS INDIVIDUELLES 12h00 - 13h00

- ▶ **ÉPÉE / ÉPÉE LONGUE / SABRE / BAÏONNETTE.** Séances ayant pour but d'*approfondir la pratique d'une arme.*
- ▶ **PRÉPARATION COMPÉTITEURS.** Séances destinées aux *compétiteurs* qui travailleront suivant un *programme spécifique.*
- ▶ **FORMATION MONITEURS.** Séances destinées aux *futurs enseignants* préparant les *diplômes fédéraux.*
- ▶ **LEÇONS INDIVIDUELLES.** Les leçons individuelles s'adressent à *tous les niveaux*, du débutant au compétiteur ; elles sont données *sur rendez-vous.*

Venez, si possible, à au moins deux entraînements par semaine !