



STAGE D' ESCRIME

Le Maître MIREL ADAM propose pour les vacances d'automne, un stage d'escrime, ouvert à toutes les catégories

Lieu : salle d'armes de l'Université de Fribourg

Dates : Lundi 16, Mardi 17, Mercredi 18

HORAIRES ET ACTIVITES

Lundi 16.10.2017	13h30	Echauffement et PPG
	17h30	Escrime - fondamentaux, leçons collectives et individuel
Mardi 17.10. 2017	16h30	Echauffement et sport collectif...
	19h30	Distance, Gestion de la piste, touches, temps, Stratégie de match
Mercredi 18.10.2017	13h30	Echauffement et sport collectif...
	17h00	Escrime - fondamentaux, assauts à thèmes,
		Escrime - Compétitions Poule unique et par équipe

Prix du stage: 90 CHF

Encadrement: Maître Mirel ADAM

Mail: mireladam@free.fr

Attention le stage se fera avec un minimum de 12 participants

Prévoir le goûter

Coupon réponse à détacher et à faire parvenir au maître pour le Mercredi 11.10. 2017

règlement en espèce à l'inscription auprès du Maître d'armes

.....
Je soussigné (e):.....

Autorise mon fils (ma fille).....

a participer au stage organisé par le Maître d'armes

Tel: fait à....., le.....

Mail: signature

ci-joints 90 CHF en espèce