



Saison 2013-2014

Entraînements (provisoire)



	lundi		mardi		mercredi			jeudi	vendredi		samedi	
	Maison des Sports		Maison des Sports		Maison des Sports			Maison des Sports	Maison des Sports		Maison des Sports	
	Me HERVE	Jeremy RUSSEIL préparateur physique	Me NDIAYE & Me TOURRET	Gymnase des Cézeaux Kevin DINI & Thomas LOBO	Jeremy RUSSEIL préparateur physique	Me HERVE	Me NDIAYE & Thierry MATHET	Me NDIAYE & Me HERVE	Me NDIAYE Kevin DINI Thierry MATHET	Thomas LOBO	Thomas LOBO	Thomas LOBO
10h												
11h							11h-12h Foyer Orcet					10h30-12h escrime artistique
12h												
13h												
14h												
15h							14h30-17h Ecole Municipale des Sports					
16h							16h-17h Baby escrime moustiques					
17h			17h-18h30 compétition fleuret-sabre	17h-18h30 débutants fleuret poussins pupilles benjamins			17h-18h15 Débutants fleuret poussins pupilles		17h-18h15 Débutants sabre poussins pupilles		16h30-18h débutants fleuret poussins pupilles	
18h	18h-19h30 épée pupilles-benjamins		17h45-19h15 Compétition fleuret poussins pupilles benjamins minimes	18h30-20h débutants et loisirs sabre toutes catégories		18h15-20h Compétition épée benjamins minimes cadets juniors		17h30-19h Leçons	18h15-19h45 Tous niveaux fleuret pupilles benjamins minimes			
19h		19h-20h15 préparation physique de l'escrimeur		19h-20h15 préparation physique de l'escrimeur								
20h	19h30-20h30 Leçons individuelles sur RdV	remise en forme	19h30-21h30 compétition et loisirs fleuret-sabre minimes cadets juniors seniors	20h-21h30 escrime artistique / médiévale	remise en forme		20h-21h30 Tous niveaux épée juniors seniors vétérans	19h-21h Compétition épée-fleuret toutes catégories	20h-21h30 Escrime loisir	20h-21h30 escrime artistique / médiévale (piste SS)		
21h												

Moustiques : 2009-2008
 Poussins : 2007-2006-2005
 Pupilles : 2004-2003

benjamins : 2002-2001
 minimes : 2000-1999
 cadets : 1998-1997

Juniors : 1996-1995-1994
 Seniors : 1993 et avant