

STAGE TECHNIQUE

Gymnase LAFAILLE - GAP



jeudi 3 mai

_ de 9h00 à 12 h 00 : M9 à M11 débutants et confirmés

échauffement - thèmes – exercices - assauts
+ compétition

(10,00 €)

_ de 14 h 00 à 17 h 00 : M13 à M15 débutants et confirmés

échauffement - thèmes – exercices - assauts
+ compétition

(10,00 €)

vendredi 4 mai 2018

_ de 14h 00 à 17h00 M13 et M 15 débutants et confirmés

échauffement - exercices techniques : travail en situation d'assaut - compétition poule et tableau

(10,00 €)

Renseignements et inscriptions : 06 44 36 64 40 ou president@gap-escrime.com

avant le vendredi 27 avril (annulation à cette date si moins de 6 inscrits par cours)