



Stage de reprise 2019

Stagiaires concernés :

Les licenciés 2018-2019 à partir de la catégorie M13 (nés en 2008 et avant)

Dates et horaires :

Lundi 26, mardi 27 et mercredi 28 aout de 9h00 à 17h30

Matériel :

- Tenue de sport d'extérieur à modifier en fonction de la météo
- Matériel et tenue d'escrime (ceux qui sont équipés)
- Sac à dos avec bouteille d'eau et grande serviette (qui servira de tapis de sol) à Maugrand
- Eventuellement un ou deux tee-shirts de rechange
- Repas tiré du sac pour le midi

Cout du stage :

15€ par personne pour les trois jours – chèque à l'ordre de « Montceau Escrime » à donner le premier jour du stage

Programme :

Matin

- Rendez-vous à 9h à la salle du centre sportif Salengro
- Déplacement à pied vers le parc Maugrand
- Reprise physique au parc Maugrand
- Retour au centre sportif pour 12h30
- Repas en commun au centre sportif

Après-midi

- Travail spécifique escrime (travail technique, assauts, ...)
- Fin du stage à 17h30

Organisation et responsable :

Laurent Piccioli (06 37 34 60 18)

Inscription :

Par mail montceau.escrime@gmail.com ou pas SMS au 06 37 34 60 18 avant le samedi 24 aout

Merci de préciser le nom du stagiaire et un numéro de téléphone pour joindre les parents durant le stage en cas de besoin.