



STAGE DE RENTREE

27 -28- 29 août 2024
SAISON 2024-2025



Bonjour à tous,

LE FCM escrime et Maitre ROQUETA sont heureux de vous présenter pour débiter la prochaine saison, un stage de rentrée !!

Ce stage permettra de se remettre en forme physiquement après le relâchement des vacances et de reprendre la saison en ayant refait le plein d'énergie !!!

Au programme, préparation physique, sport collectif, déplacements spécifiques escrimes, assauts à thèmes, libres, leçons individuelles...et Mini tournoi le dernier jour !!!

DATES ET HORAIRES

27, 28 et 29 août 2024 de 9h à 17h

Et en soirées pour Adultes de 18h à 21h

LIEU:

CSRA, 5 rue des frères Lumières, 68100 Mulhouse

Salle d'escrime (2nd sous-sol) et avec une partie de la matinée en extérieur selon la météo !!!

PUBLIC CONCERNE :

Stage ouvert aux tireurs M11(2015-2014) à M20 (2007à 2005), Fleuret & Épée, Adulte en soirée

PARTICIPATION :

Possibilité de venir 1, 2, ou 3 jours

(Idéalement 3 jours, bien sûr).

Prix : 13 EUR par jour, soit 39 EUR pour les 3 jours.

(Le repas n'est pas compris dans le prix)

Section d'Escrime du FC Mulhouse
Résident au Centre Sportif Régional d'Alsace (C.R.S.A.)
5, rue des Frères Lumière 68200 MULHOUSE
SIRET : 38974247900014
Internet : www.fcm-escrime.com - Facebook : www.facebook.com/fcmescrime
Mail : fcm.escrime68@gmail.com



STAGE DE RENTREE

27 -28- 29 août 2024
SAISON 2024-2025



PROGRAMME :

- Matin : Préparation physique, sports collectifs, déplacements.

- Midi : Pause repas (repas tiré du sac)

Les parents peuvent préparer des gâteaux ou des fruits pour le goûter.

- Après-midi : Matches à thèmes, leçons individuelles.

Mini-tournoi le dernier jour.

17h, fin de stage.

Il y aura des activités en extérieur selon la météo : Prévoir des chaussures d'extérieur et d'intérieur et des vêtements adaptés à la météo et de rechange si nécessaire.

REPAS : Le repas sera tiré du sac !! possibilité de ramener gâteau pour le goûter !!

INSCRIPTION :

LE BULLETIN D'INSCRIPTION EST A RENVOYER A :

FCM-Escrime Mulhouse : fcm.escrime68@gmail.com



Limité à 20 places



« premiers arrivés, premiers servis »

Paiement du stage : Par chèque, liquide... ordre du chèque FCM escrime

(à remettre au maitre d'Armes au début du stage)

Contact pour renseignements :

⇒ fcm.escrime68@gmail.com

ou Maitre ROQUETA Frédéric :

frederic.roqueta@gmail.com

07 57 87 93 86

Section d'Escrime du FC Mulhouse

Résident au Centre Sportif Régional d'Alsace (C.R.S.A.)

5, rue des Frères Lumière 68200 MULHOUSE

SIRET : 38974247900014

Internet : www.fcm-escrime.com - Facebook : www.facebook.com/fcmescrime

Mail : fcm.escrime68@gmail.com



STAGE DE RENTREE

27 -28- 29 août 2024
SAISON 2024-2025



BULLETIN D'INSCRIPTION :

(A retourner au fcm.escrime68@gmail.com)

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

E MAIL :

CLUB :

AGE : CATEGORIE :

TEL :

PARTICIPERA LE :

27 AOUT 2024

28 AOUT 2024

29 AOUT 2024

SI BESOIN :

PERSONNE(S) joignable rapidement :

NOM :

PRENOM :

TEL :



Section d'Escrime du FC Mulhouse
Résident au Centre Sportif Régional d'Alsace (C.R.S.A.)
5, rue des Frères Lumière 68200 MULHOUSE
SIRET : 38974247900014
Internet : www.fcm-escrime.com - Facebook : www.facebook.com/fcmescrime
Mail : fcm.escrime68@gmail.com