



# Stage de Noël



En collaboration avec l'AS Brindas, nous avons le plaisir de vous proposer un stage d'escrime pendant les vacances de Noël, ouvert à plusieurs catégories et adapté à tous les niveaux.



**Dates : lundi 29 et mardi 30 décembre**



**Horaires : 10h – 17h**



**Lieu : Carré d'Ass – Brindas (32 montée du Clos)**



**Places limitées : 16 participants**



**Repas non compris, il faut prévoir son pique-nique**

<b>Public concerné :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• M11/M13 : confirmés/compétition</li><li>• M15 à M17 : tous niveaux</li><li>• Adultes débutants</li></ul>	<b>Tarifs :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>20 € la journée</b></li><li>• <b>30 € les deux jours</b></li></ul> <u>Paiement par chèque ou espèces le jour du stage.</u> Inscription obligatoire via le site internet du club.
<b>Au programme :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fondamentaux &amp; techniques</li><li>- Leçons individuelles et collectives</li><li>- Assauts libres et à thèmes</li><li>- Découverte de la théorie de l'escrime &amp; initiation à l'arbitrage</li><li>- Moments de détente &amp; jeux</li></ul>	<b>À prévoir :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Un pique-nique pour le midi (micro-ondes à disposition)</li><li>- Tenue d'escrime et/ou tenue de sport</li><li>- Gourde ou bouteille d'eau</li></ul>

**Lundi**



**Mardi**

