

TRAVAIL DES ARMES TRADITIONNELLES EN STAGE FILÉ SAISON 2019/2020



BÂTON LONG, BÂTONS COURTS, ÉPÉE, SABRE, POIGNARD



MATÉRIELS : une housse de transport, un bâton long traditionnel, deux bâtons courts, une épée d'entraînement (bois), un sabre d'entraînement (bois), un poignard d'entraînement (plastique), des chaussures de pratique en extérieur, tenue libre

CONTENU : techniques de base, travail à 2, enchaînements, travail entre armes différentes, combats arrangés (Duilan)



PÉRIODICITÉ ET DATE : 7 séances (2 heures de cours) fixées en fonction du calendrier (2 à 3 séances par trimestre)



ou en salle

LIEUX : en extérieur de préférence

TARIF : 25 € la ½ journée ou 150 € les 7 séances (payable en 1, 2 ou 3 chèques)



CALENDRIER PRÉVISIONNEL

STAGE « FILÉ »

ARMES TRADITIONNELLES

SAISON 2019/2020

Dates prévisionnelles + date de réserve* :

1. Dimanche 20 octobre 2019
2. Dimanche 24 novembre 2019
3. Dimanche 12 janvier 2020
4. Dimanche 02 février 2020
5. Dimanche 08 mars 2020
6. Dimanche 06 avril 2020
7. Dimanche 17 mai 2020
8. Dimanche 21 juin 2020 (date de réserve)

*Ces dates pourront être déplacées en fonction d'impératifs de calendrier fédéral, météo ou d'imprévu personnel

**Horaires de 10h30 à 12h30
sur l'esplanade de la MJC Picaud***

*Les horaires et les lieux pourront s'adapter en fonction de la météo et de la période !

PS : les périodes entre deux dates doivent être consacrées à un travail personnel approfondissement ou de rattrapage seul ou en s/groupes !

BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM :

Prénom :

Mail :

Inscription 7 séances : **150 €**

Inscription à la séance : **25 €*7**

Règlement :

Chèque :

Espèce :

Signature :

**STAGE MIS EN PLACE
AVEC UN MINIMUM DE 8
STAGIAIRES**

**1^{ère} séance dimanche 20 Octobre
de 10h30 à 12h30
Esplanade MJC Picaud**