

# Cycle d'escrime de 3 séances

Imaginez un cycle de 3 séances où les élèves de votre école peuvent plonger dans l'univers fascinant de l'escrime !

**Tarifs : Cycle de 3 séances pour une classes : 195€**

## Horaires possibles :

Matin : 9H00 - 10H00  
10H00 - 11H00

Après-midi : 14H00 - 15H00  
15H00 - 16H00

Présentation de l'activité et du cycle  
Présentation du matériel et des consignes de sécurité  
Règles de vie dans le groupe  
Position de garde et déplacements  
1<sup>ers</sup> assauts sans contact entre les armes  
Développement de la notion de distance et de la prise de décision  
Atelier ludique + bilan



Se défendre et toucher avec son arme (parade/riposte)  
Approfondissement de la notion de distance  
Découverte de différentes techniques offensives  
Atelier ludique + bilan



Découverte des règles du jeu (convention)  
Découverte des règles de priorité  
Animation de matchs par équipe arbitrés  
Atelier ludique + bilan  
Remise de diplôme d'escrime



Contact : [stage.escrime@gmail.com](mailto:stage.escrime@gmail.com)

Alexandre POPPEL : 06 75 37 04 17