



La Région
Lorraine



COMMISSION FLEURET LLE

PROGRAMME SPECIFIQUE ENTRAINEMENT FLEURET

GROUPE A : Pupilles - Benjamins

GROUPE B : Minimes - Cadets - Juniors

Lieu :

- Salle d'armes de METZ-BELLETANCHE 57070 METZ

Dates :

- Mercredi 28 octobre 2015

Horaires : 09H30 Début d'entraînement
18H00 Fin d'entraînement

Public :

- Compétiteurs fleuret lorrains confirmés : minimes, cadets, juniors, séniors places non limitées
- Merci de Confirmer : par e-mail : escrime.metz@wanadoo.fr jusqu'au mardi soir 27 octobre

Règlement :

- Coût du stage : 10 € par tireur (dont 5 € à régler sur place par les tireurs et 5 € pris en charge par les comités départementaux)

Objectifs visés :

- Renforcer et perfectionner le potentiel des tireurs sur les pistes de compétitions régionales et nationales
- Continuité du travail effectué lors des stages de perfectionnement LLE
- Développer la cohésion de groupe et le travail d'équipe
- Préparation individuelles et équipes Fêtes des jeunes et Championnats de France

Encadrement :

- Maîtres d'armes fleuret de la commission ou ETR fleuret avec cadres en formation

Situations pédagogiques :

- Travail d'échauffement avant match
- Travail technique et tactique spécifiques sur assauts individuels et équipes
- Arbitrage, les nouvelles règles, adaptation en situation

Evaluation :

- Compétitions individuelles, équipes, mixtes, relais à l'italienne

Bilan personnalisé :

- Suivi tireurs sur les matchs réalisés

Consignes :

- Etre licencié, venir avec son propre matériel et équipement électrique comme pour une compétition ! Aucun prêt sur place.

Repas : Tiré du sac

L'équipe Technique Régionale Fleuret
Commission Fleuret Maître Pascal DAIZE

LIGUE LORRAINE D'ESCRIME

✉ : Maison Régionale des Sports - 13 rue Jean Moulin - 54510 TOMBLAINE
☎ 03.83.18.87.40 - Fax : 03.83.18.87.41 - ✉ : ligue.escrime@lorraine-sport.com
🌐 : www.escrime-lorraine.com