



ENTRAINEMENT REGIONAL NOUVELLE AQUITAINE

FLEURET

26 SEPTEMBRE 2018

Durée de fonctionnement EFFECTIF	Le mercredi 26 septembre 2018 de 17h30 à 21h Accueil à partir de 17h EFFECTIF MAXIMAL POUR 2018-2019 : LES 30 FLEURETTISTES INSCRITS EN PREMIER (ouvert aux compétiteurs uniquement)
LIEU ENTRAINEMENT	Salle d'armes du Bordeaux Etudiant Club (BEC escrime) Salle d'armes du CREFED fleuret Nouvelle Aquitaine 53 rue Pauline Kergomard 33800 Bordeaux
CONTACT ET INSCRIPTION	Maxime BOURDAGEAU CTS ESCRIME NOUVELLE AQUITAINE Inscription par mail : maxime.bourdageau@gmail.com Inscription avant le 24 septembre 2018
ESCRIMEURS POUVANT S'INSCRIRE	Fleurettiste hommes et dames de la Région Nouvelle Aquitaine des catégories M15, M17, M20 et séniors Entraînement en commun avec le CREFED fleuret Nouvelle Aquitaine et les compétiteurs du BEC escrime.
OBJECTIF	Préparation complémentaire pour le circuit national Elite M17 fleuret de Paris les 6 et 7 octobre 2018 et du circuit national élite fleuret M20 du Muret les 20 et 21 octobre 2018 et circuit national séniors de Valence 13 et 14 octobre 2018
CONTENU	<ul style="list-style-type: none">- 17h Ouverture des portes- 17h30 Echauffement et PPG- 18h Travail de jambes et déplacements- 18h30 Assauts dirigés et assauts libres + Leçons indiv pour certains- Fin 21h
Porteur du projet	LIGUE D'ESCRIME NOUVELLE AQUITAINE
ENCADREMENT	<ul style="list-style-type: none">- Maxime BOURDAGEAU : CTS escrime Nouvelle Aquitaine et coordonnateur des CREFED- Dimitri AUDREN: ETR Nouvelle Aquitaine, Bordeaux EC, CREFED- Manfred DUFOURNEAU : ETR Nouvelle Aquitaine, La brède, CREFED