

Stage De Perfectionnement

Préparation Physique, Technique, Tactique et Mentale



Petiot Sébastien

06 59 09 54 91

lsmescrime@orange.fr

- Éducateur sportif fleuret

- En formation Dejeps
(Maître d'armes)

- Licence STAPS éducation et
motricité

- Master STAPS métiers de
l'enseignement, de
l'éducation et de la formation

Nos stages s'adressent aux escrimeurs et escrimeuses de tous niveaux qui souhaitent :

- Progresser dans leur jeu
- Dépasser leurs difficultés
- Évoluer en compétition

Notre programme d'entraînement comprend tous les aspects de l'escrime physique, technique, tactique et mentale.

- Durée 5 jours
- 3h de cours par jour
- Entraînement physique, technique, tactique et mental
- Travail personnalisé
- Matchs
- Bilan et analyse
- Tarif 150 € (tarif club 130 €)