

Stage De Perfectionnement

Préparation Physique, Technique, Tactique et Mentale



Petiot Sébastien
06 59 09 54 91
ismescrime@orange.fr

- Éducateur sportif fleuret
- En formation Dejepts (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
- Matches
- Bilan et analyse
- Tarif 150 € (tarif club 130 €)