



## Planning saison 2018/2019

Jour	Horaire	catégorie	Contenu prévu
Lundi	17h00 à 18h30	M9 à M11	Fondamentaux et leçons individuelles
	18h30 à 19h45	M11 à M15 débutants	Fondamentaux et leçons individuelles
	19h à 20h30	M15 à M17 compétition	PPG fondamentaux et leçons individuelles
	20h à 22h	M17 à Vétérans	PPG, Assauts dirigés et leçons individuelles
Mercredi	14h00 à 15h30	M9 à M11	PPG, fondamentaux, assauts dirigés collectifs.
	15h30 à 17h00	M11 à M15 débutant	PPG, fondamentaux et leçon collective, assauts en fin de séance
	17h à 18h	M7	Cours Eveil Escrime
	17h à 19h	M15 à M17 compétition	P.P.G, assauts dirigés ou libres selon période
	19h à 20h30	M17 à Vétérans	Leçons individuelles
Vendredi	17h00 à 18h30	M9 à M11	Fondamentaux et leçons individuelles
	18h30 à 19h45	M11 à M15 débutants	Fondamentaux et leçons individuelles
	19h à 20h30	M15 à M17 compétition	Leçon collective et assauts dirigés + leçon individuelle cas par cas
	20h à 22h	M17 à Vétérans	Prépa physique et assauts et leçons
Samedi	14h à 15h	M5	Découverte/initiation Eveil Escrime
	15h à 17h	M17 à Vétéran	Escrime de spectacle