

Entrainement

Entrainement Fédéral #17 (horaire particulier)

Fleuret

Ville	Namur (FF) Centre ADEPS "La Mosane" 3 Allée du Stade Communal 5100 Jambes
Nation	Belgium
Date	17 mai 2023
Fuseau horaire du lieu	Europe/Brussels (GMT 2)
Participation	OUVERT INTERNATIONAL Quota Les entraînements fédéraux sont ouverts aux sportifs souhaitant s'impliquer dans un projet de participation à des épreuves internationales
Licence requise	Une licence nationale est requise pour: <ul style="list-style-type: none"> • Participants
Quota	L'ordre de l'inscription décide la participation. 20 Par tournoi
Fédération	Fédération Francophone des Cercles d'Escrime de Belgique
Organisateur	Fédération Francophone des Cercles d'Escrime de Belgique
Contact	marc.pichon@ffceb.org
Autres informations	https://fencing.ophardt.online/fr/widget/event/26465 Voir les inscriptions et les résultats
Inscription	Inscription à: https://fencing.ophardt.online/ jusqu'à 16 mai 2023 à 23:59:00 heure d'été d'Europe centrale seulement par: Athlète , Club Annulation possible jusqu'au 17 mai 2023 à 11:59:00 heure d'été d'Europe centrale E-mail: marc.pichon@ffceb.org

Début	Fin	Événements			Né (e) en	Quota	Frais d'inscription	
17.05.	19:30	21:30	Fleuret	Open	17	I Senior	1923 - 2007	0,00€

Méthodes de paiement	Méthodes de paiement Paiement sur place en espèce	Surcharge +0,00€ +0.00%	Remarques
Encadrement	Oosterbosch Thibault Pichon Marc		
Équipement nécessaire	o Matériel escrime complet (normes entrainement FFCEB) + matériel de réserve (fils de corps, armes) o Corde à sauter o Elastique (si vous en possédez déjà) o Gourde + essuie Chaussettes hautes et sous-veste font partie intégrante de la tenue de l'escrimeur		
Restauration	La cafétéria est faite par un service de restauration commerciale.		
Remarques	Programme: 19:30 - 20:00: Echauffement dirigé		

20:05 - 21:25: Exercices technico-tactiques et assauts
21:25 - 21:30: Etirements