

## Training

# Entraînement fédéral #12

## Epée

<b>City</b>	Namur (FF) Centre ADEPS de Jambes Allée du stade communal 3 5100 Jambes
<b>Nation</b>	<b>Belgium</b>
<b>Date</b>	<b>Mar 7, 2023</b>
<b>Timezone of venue</b>	Europe/Brussels (GMT 2)
<b>Participation</b>	INTERNATIONAL OPEN Quota
<b>Licence required</b>	<b>national licence</b> License level 1 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participants</li> </ul>

<b>Quota</b>	The order of the incoming entries decides about the participation.
<b>Federation</b>	Fédération Francophone des Cercles d'Escrime de Belgique
<b>Organizer</b>	FFCEB
<b>Contact</b>	Frédéric FENOUL

+32 472 09 61 08  
frederic.fenoul@ffceb.org

<b>Further information</b>	<a href="https://fencing.ophardt.online/en/widget/event/24873">https://fencing.ophardt.online/en/widget/event/24873</a> View entries and results
----------------------------	---

<b>Entries</b>	Entries to: <a href="https://fencing.ophardt.online/">https://fencing.ophardt.online/</a> <b>until Mar 5, 2023, 11:59:00 PM Central European Standard Time</b> only by: Athlete , Club Cancel until Mar 5, 2023, 11:59:00 PM Central European Standard Time E-Mail: frederic.fenoul@ffceb.org
----------------	--

Begin	Ends	Events	allowed	Quota	Entry fee	
07.03.	19:30	21:30	Epée Open   Senior	1923 - 2007	20	€0.00

<b>Payment</b>	<b>Payment</b>	<b>Surcharge</b>	<b>Remarks</b>
	Cash payment on event	+€0.00 +0.00%	

**Instructors** Frédéric FENOUL

**Needed equipment**

- o Matériel escrime complet (normes entraînement FFCEB) + matériel de réserve (fils de corps, armes)
- o Corde à sauter
- o Elastique (si vous en possédez déjà)
- o Gourde + essuie

Remarque : le port des chaussettes hautes et de la sous veste est obligatoire

**Catering** No food is provided on site.

**Remarks** Les entraînements fédéraux open sont destinés aux épéistes souhaitant participer aux différentes épreuves du calendrier international sélectif (Épreuves de référence, Circuits Européens U17, Coupes du Monde U20 et Seniors, Circuit EFC U23).

Les entraînements fédéraux open ont pour objectifs :

- De regrouper régulièrement les escrimeurs s'engageant dans un projet de sport de niveau

international

- De créer un esprit d'équipe.
- De perfectionner les aptitudes technico-tactiques, physiques et mentales requises dans le cadre de la participation à des épreuves internationale