

## Training

# Entraînement Elite #11

## Epée

<b>City</b>	Namur (FF) Centre ADEPS La Mosane Allée du stade communal 3 5100 Jambes
<b>Nation</b>	<b>Belgium</b>
<b>Date</b>	<b>Mar 20, 2024</b>
<b>Timezone of venue</b>	Europe/Brussels (GMT 2)
<b>Participation</b>	INTERNATIONAL OPEN Quota Athlètes sous statut ADEPS ou sur invitation
<b>Licence required</b>	<b>national licence</b> License level 1 • Participants

**Quota** The order of the incoming entries decides about the participation.  
12 Per club / federation

**Federation** Fédération Francophone des Cercles d'Escrime de Belgique

**Organizer** FFCEB

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

**Further information** <https://fencing.ophardt.online/en/widget/event/29668>  
View entries and results

**Entries** Entries to: <https://fencing.ophardt.online/>  
**until Mar 17, 2024, 11:59:00 PM Central European Standard Time** only by: Athlete , Club  
Cancel until Mar 17, 2024, 11:59:00 PM Central European Standard Time  
E-Mail: frederic.fenoul@ffceb.org

Begin	Ends	Events	allowed	Quota	Entry fee	
20.03.	19:30	21:30	Epée Open I Senior	1924 - 2008	12	€0.00

Payment	Payment	Surcharge	Remarks
	Cash payment on event	+€0.00 +0.00%	

**Instructors** Frédéric FENOUL  
Etienne GILLES

**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 élités sont destinés uniquement aux épéistes nés en 2006 et avant détenteurs d'un statut sportif de la Fédération Wallonie-Bruxelles (ADEPS) et aux tireurs extérieurs invités.

Les entraînements « élités » ont pour objectifs :

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