



Fédération Francophone des Cercles d'Escrime de Belgique

ENTRAINEMENTS FEDERAUX FLEURET

AVRIL – JUIN 2018

Chers présidents, chers maîtres d'armes

Vous trouverez ci-dessous le programme des entraînements fédéraux au fleuret qui seront organisés par la FFCEB sur la période d'avril à juin 2018.

ENTRAINEMENTS FEDERAUX CENTRALISES - JAMBES

Je rappelle que ces entraînements sont destinés aux compétiteurs qui évoluent au niveau international et qu'il est nécessaire d'avoir reçu l'approbation du responsable pour pouvoir participer (les coordonnées mail sont indiquées). Le contenu de chacun de ces entraînements sera communiqué aux athlètes, mais il est généralement composé

- D'une première partie (de 17h30 à 19h00) de conditionnement, de travail physique et de déplacements
- D'une seconde partie (de 19h30 à 21h00) de travail spécifique escrime (assauts, cours collectif, travail à thème etc...)
- Selon la disponibilité des entraîneurs, les athlètes pourront poursuivre par quelques assauts libres.

Date	Entraîneurs
Mercredi 18 avril	T. Oosterbosch
Mercredi 2 mai	T. Oosterbosch / T. Chincharauli
Mercredi 16 mai	T. Oosterbosch / T. Chincharauli
Mercredi 30 mai	T. Oosterbosch / T. Chincharauli
Mercredi 13 juin	T. Oosterbosch / T. Chincharauli

Responsable : Thibault Oosterbosch – oosterbosch.thibault@gmail.com



Fédération Royale Belge des
Cercles d'Escrime



FFCEB

Asbl
N° entreprise 418.947.255

Allée du stade communal, 3
BE-5100 JAMBES

Tél : +32 (0) 81.30.97.74
escrime@skynet.be
www.escrime-ligue.be



Fédération Francophone des Cercles d'Escrime de Belgique

ENTRAINEMENTS FEDERAUX DECENTRALISES

Ces entrainements fédéraux ont pour objectif de permettre aux tireurs qui n'ont pas la possibilité de participer aux séances fédérales à Jambes de pouvoir bénéficier à proximité de chez eux et à intervalles réguliers de regroupements de tireurs de bon niveau. Ces entrainements sont donc ouverts et ne nécessitent pas d'inscription préalable. Le contenu de la séance est adapté au nombre de participants et aux conditions d'entrainements. Les séances commencent à 19h30 et se terminent à 21h00 (ou plus tard selon la disponibilité du club accueillant). Si un tireur sait qu'il ne pourra être à l'heure, merci de m'en informer pour que je puisse en tenir compte lors de la mise en place de la séance.

Date	Club accueillant	Entraîneurs
Lundi 23 avril	Les 3 armes Gembloux	E. Hendrix
Mardi 8 mai	En attente de confirmation	En attente de confirmation
Mardi 22 ou jeudi 24 mai	En attente de confirmation	En attente de confirmation
Lundi 4 juin	Les 3 armes Gembloux	E. Hendrix

Je reste naturellement à votre disposition pour tout complément d'information.

Frédéric FENOUL

Entraîneur fédéral

Directeur technique ad interim



Fédération Royale Belge des
Cercles d'Escrime



FFCEB

Asbl
N° entreprise 418.947.255

Allée du stade communal, 3
BE-5100 JAMBES

Tél : +32 (0) 81.30.97.74
escrime@skynet.be
www.escrime-ligue.be