



Fédération Francophone des Cercles d'Escrime de Belgique

PROGRAMME FEDERAL D'ENTRAINEMENT A L'EPEE

AVRIL – JUIN 2019

Chers présidents, chers maîtres d'armes

Vous trouverez ci-dessous le programme d'entraînement fédéral à l'épée pour la période d'avril à juin 2019.

1 – PROGRAMME

Après évaluation des actions menées sur les trimestres fédéraux, une modification du principe de fonctionnement est opérée. En particulier, les entraînements décentralisés n'attirant plus que les membres du club dans lesquels ils étaient réalisés, il a été décidé de les supprimer et de rajouter un entraînement centralisé à Jambes pour compenser. Le programme d'entraînement est donc désormais constitué

- Des entraînements fédéraux, organisés à Jambes en alternance les mercredis et les jeudis de 19h à 21h30. Il s'agira de séances d'assauts, dirigés ou libres, et/ou d'exercices de travail technique ou tactique.
- Des leçons individuelles, accessibles aux tireurs qui participent activement aux épreuves internationales et aux activités fédérales d'entraînement, sur réservation. Des créneaux seront ainsi disponibles à Jambes avant les entraînements fédéraux ou en soirée en club selon le planning défini ci-dessous. des créneaux sont envisageables en journée au cas par cas, selon les disponibilités des tireurs et du Maître d'armes.

2 – PLANNING

En jaune, les entraînements fédéraux (précédés de créneaux de leçons).

En bleu les séances de leçons en club en soirée.

Nota : ce planning est prévisionnel et est susceptible d'être modifié selon les contraintes de compétitions



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

	Mardi	Mercredi	Jeudi
15	9/4	10/4 Jambes	11/4
16	16/4 CE Gaumais	17/4 Watermael Boitsfort	18/4 Jambes
17	23/4 Braine l'Alleud	24/4 Jambes	25/4 Ciney
18	30/4 CE Gaumais	1/5 <i>férié</i>	2/5 Jambes
19	7/5 Braine l'Alleud	8/5 Jambes	9/5 Ciney
20	14/5 CE Gaumais	15/5 Watermael Boitsfort	16/5 Jambes
21	21/5 Braine l'Alleud	22/5 Jambes	23/5 Ciney
22	28/5 CE Gaumais	29/5 Watermael B (*)	30/5 <i>férié</i>
23	4/6 Braine l'Alleud	5/6 Jambes	6/6 Ciney
24	11/6 CE Gaumais	12/6 Watermael Boitsfort	13/6 Jambes

(*) susceptible d'être annulé en raison des championnats d'Europe U23

Adresses et horaires

LIEU	ADRESSE	HORAIRES LEÇONS
Jambes	Centre ADEPS La mosane Allée du stade 3 JAMBES	17.30 – 19.00
Watermael B.	Centre Sportif 3 Tilleuls Avenue Léopold Wiener WATERMAEL BOITSFORT	18.00 – 21.00
Braine l'Alleud	Collège Cardinal Mercier Chaussée de Mont St Jean 73 BRAINE L'ALLEUD	18.00 – 20.00
CE Gaumais	Ecole communale Rue Firmin Lepage 18 MEIX DEVANT VIRTON	19.00 – 21.30
Ciney	Athénée Royal du Condroz Rue St Quentin CINEY	18.30 – 21.00



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'Éscrime de Belgique

3 – MODALITES D'INSCRIPTION

Afin d'optimiser l'organisation des différentes activités, les participants devront systématiquement et obligatoirement s'inscrire en ligne. Un planning est disponible à l'adresse suivante : www.supersaas.be/schedule/FFCEB_Epee/Planning.

Les inscriptions aux différentes activités d'entraînement se feront exclusivement via cette interface. Les demandes de réservation pourront être faites jusqu'au vendredi de la semaine qui précède la date voulue, la confirmation sera envoyée dans le week-end. Un email de confirmation sera envoyée pour tous les réservations acceptées (il n'est malheureusement pas possible d'envoyer un mail d'info en cas de non acceptation).

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

Frédéric FENOUL

Entraîneur fédéral Epée



Fédération Royale Belge des
Cercles d'Éscrime



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