

**DES  
VALEURS**



**UNE  
AMBITION**

## Règlement sportif

# ESCRIME LISIEUX

### **Ecole d'Escrime :**

#### **Groupe 1 (EEG1)**

Cette école a pour objectif l'apprentissage de base de l'escrime au sein d'un groupe où chacun peut s'épanouir à son rythme au cours d'une séance hebdomadaire.

Age : les enfants nés en 2009 - 2006 (moustiques et poussins)

Horaire : le mercredi de 14 heures à 15 heures

Matériel : loué sauf la première année

Objectifs de formation:

Apprendre les fondamentaux de l'escrime

Développer les qualités motrices et la coordination.

Maîtriser les offensives et défensives de bases.

Diplômes : Chaque année le travail sera évalué et récompensé par le passage d'un « Blason », jaune la première année et rouge la seconde. Dans certains cas, les deux pourront se passer la même année.

#### **Groupe 2 (EEG2)**

Cette école a pour objectif le renforcement des acquis et l'approche non imposée de la compétition au cours de 2 séances hebdomadaires.

Age : les enfants nés en 2005 – 2004 (pupilles)

Horaire : séance obligatoire le mercredi de 15 heures à 16 heures 30 et une facultative le lundi de 17 heures à 18 heures ou le vendredi de 17 heures 30 à 18 heures 45.

Matériel : Les élèves devront avoir dès la rentrée un gant et un fil de corps personnels, le reste de l'équipement sera loué.

Objectifs de formation:

Maîtriser la technique dans des situations tactiques.

Apprendre les règles de l'arbitrage.

Des compétitions seront proposées et la participation à celles-ci ne se fera qu'en accord avec les enseignants.

## **Perfectionnement (Perf)**

Ce groupe a pour objectif le perfectionnement (technique et physique), le travail stratégique et tactique des matchs et la maîtrise des règles d'arbitrage.

Age : les enfants nés en 2003 - 2000 (benjamins et minimes)

Horaire : séance obligatoire le mercredi de 16 heures 30 à 18 h 30 et le vendredi de 17 heures 30 à 18 heures 45.

Matériel : Les Benjamins devront avoir dès la rentrée un gant, un fil de corps, une sous cuirasse 800 N et une arme électrique, les minimes devront avoir un gant, un fil de corps, une arme électrique, une sous cuirasse 800 N et un masque. Le reste de l'équipement sera loué.

Objectifs de formation:

Se perfectionner techniquement, tactiquement et physiquement.

Développer les qualités d'analyses du jeu adverse.

Maîtriser les règles de l'arbitrage.

Préparer la filière Horizon 2016 (championnat de France minimes) pour les volontaires.

Diplômes : Chaque année le travail sera évalué et récompensé par le passage d'un « Blason », Bleu la première année, Vert la deuxième. Dans certains cas les passages pourront être accélérés.

## **Compétition et Loisir**

### **Compétition (C)**

Ce groupe a pour objectif l'entraînement technique et physique adapté aux objectifs compétitifs de chacun.

Age : les élèves nés de à partir de 1999 (cadets, juniors, seniors et vétérans)

Horaire : séance le mercredi de 19 heures à 21 heures et le vendredi de 19 heures à 21 heures

Matériel : matériel personnel

Objectifs de formation:

S'entraîner techniquement, tactiquement et physiquement.

Développer les qualités nécessaires à un équipier.

Préparer son entraînement en fonction des objectifs.

Préparer les championnats de France et les sélections en équipe Nationale.

### **Loisir (L)**

Ce groupe a pour objectif l'apprentissage et le perfectionnement de l'escrime sans contraintes et en fonction des capacités de chacun.

Age : les élèves nés à partir de 1998 (cadets, juniors, seniors et vétérans)

Horaire : séance le mercredi de 19 heures à 21 heures et le vendredi de 19 heures à 21 heures

Matériel : matériel personnel ou loué

Objectifs de formation:

Apprendre les bases de l'escrime et se perfectionner au fil des années.