

**PROGRAMME FEDERAL SABRE**

**PERIODE SEPTEMBRE - DECEMBRE 2022**

Mesdames, Messieurs,

La FFCEB organise tout au long de la saison, dans un but de développement et de perfectionnement, des activités d'entraînements destinées à des publics divers. Ci-dessous, vous pourrez prendre connaissance des informations pratiques relatives aux entraînements dédiés à la pratique du sabre pour la période de septembre à décembre 2022.

En restant à votre disposition pour toute information complémentaire, je vous présente mes sincères salutations sportives.

François Mathis  
*Coordinateur des activités sportives de la FFCEB*  
@ : [francois.mathis@ffceb.org](mailto:francois.mathis@ffceb.org)  
Tel : 0495/85.36.24



**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  
[contact@ffceb.org](mailto:contact@ffceb.org)  
[www.ffceb.org](http://www.ffceb.org)

## Activités « sabre »

### A. Entraînements de la « Relève »

#### 1. GROUPE CIBLE

Les entraînements de la « Relève » sont destinés aux sabreurs présentant un certain potentiel et **nés entre 2008 et 2011.**

#### 2. OBJECTIFS

Les entraînements de la « Relève » ont pour objectifs :

- D'approfondir le travail effectué en club,
- De diversifier l'opposition qu'ils rencontrent
- De mettre un pied dans le système des entraînements organisés par la FFCEB.

#### 3. LIEU

Centre ADEPS de Jambes (1<sup>er</sup> étage)  
Allée du Stade Communal 3  
5100 Jambes

#### 4. ENCADREMENT

- A définir

#### 5. MODALITES D'INSCRIPTION – **OBLIGATOIRE**

La participation est conditionnée à une invitation officielle de la direction technique de la FFCEB. Cette invitation est envoyée aux clubs qui seront chargés de la communiquer à leurs membres repris pour l'activité.

A des fins de bonne organisation, les tireuses/tireurs devront **OBLIGATOIREMENT** s'inscrire aux entraînements, via **ophardt**.

Au départ de votre compte ophardt, cliquez sur l'onglet « inscrire », sélectionnez l'entraînement auquel vous souhaitez participer et inscrivez-vous.



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  
contact@ffceb.org  
www.ffceb.org

**Comment annuler son inscription :**

Soit via ophardt ou si ce n'est plus possible, veuillez me contacter par mail ou par sms aux coordonnées suivantes :

- François Mathis @ : [francois.mathis@ffceb.org](mailto:francois.mathis@ffceb.org)  
Tel : 0495/85.36.24

**En cas d'annulation** d'un entraînement, l'information sera communiquée par courriel.

## 6. PROGRAMME

Pour la période avril - juin, les entraînements « Relève » sabre sont programmés les mercredis suivants de **17h30 à 19h30** :

- Novembre : 16/11
- Décembre : 7/12

## 7. MATERIEL

- Corde à sauter
- Gourde + essuie
- **Tenue complète + matériel de réserve**

Remarques :

- Veuillez vous munir d'une cuirasse électrique en état de marche
- Le port des chaussettes hautes est obligatoire

## 8. MESURES « COVID »

L'évolution de l'épidémie entraîne régulièrement de nouvelles mesures. Ces mesures seront communiquées ultérieurement aux cercles et diffusées via les réseaux sociaux.



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  
contact@ffceb.org  
[www.ffceb.org](http://www.ffceb.org)