

PROGRAMME FEDERAL SABRE

PERIODE SEPTEMBRE - DECEMBRE 2023

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 2023.

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
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
www.ffceb.org

Activités « sabre »

A. Stage « élites »

1. GROUPE CIBLE

Les activités « élites » sont destinées **uniquement** aux sabreurs détenteurs d'un **statut sportif de la Fédération Wallonie-Bruxelles**. La direction technique se réserve néanmoins le droit d'inviter d'autres tireurs/tireuses.

2. OBJECTIFS

Les activités « élites » 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

3. LIEU

Centre ADEPS de Jambes (1^{er} étage)
Allée du Stade Communal 3
5100 Jambes

4. ENCADREMENT

- A définir

5. MODALITES D'INSCRIPTION – OBLIGATOIRE

A des fins de bonne organisation, les tireuses/tireurs devront **OBLIGATOIREMENT** s'inscrire au stage via la plateforme **ophardt**.

Au départ de votre compte ophardt, cliquez sur l'onglet « inscrire », sélectionnez le stage auquel vous êtes invités à participer et inscrivez-vous.

Comment annuler son inscription :

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

- marc.pichon@ffceb.org
- 0476/63.80.52

En cas d'annulation, les sportifs en seront directement informés par mail ou par téléphone.



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

6. PROGRAMME

Le stage « Elites » se déroulera du 27 au 30 décembre 2023

7. MATERIEL

- Corde à sauter
- Elastique (si vous en possédez déjà)
- Gourde + essuie
- Matériel d'escrime complet + matériel de réserve

Remarques :

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

B. Entraînements et stage de la « Relève »

1. GROUPE CIBLE

Les entraînements de la « Relève » sont destinés aux sabreurs présentant un certain potentiel et **nés entre 2007 et 2012.**

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^{er} étage)
Allée du Stade Communal 3
5100 Jambes

4. ENCADREMENT

- MATHIS François
- OOSTERBOSCH Thibault



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

5. MODALITES D'INSCRIPTION – OBLIGATOIRE

La participation est conditionnée à une invitation officielle de la direction technique de la FFCEB. Cette invitation est envoyée directement aux tireurs concernés s'ils ont renseignés leur adresse mail dans la plateforme Ophardt mais également aux clubs qui seront chargés de vérifier que leurs membres repris pour l'activité ont bien reçu l'information. Les Maîtres d'armes de ces tireurs seront également informés de la sélection de leurs élèves.

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.

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
Tel : 0495/85.36.24

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

6. PROGRAMME

Les entraînements « Relève » sabre sont programmés les mercredis suivants de **17h30 à 19h30** :

- Septembre : 27/09
- Novembre : 9/11
- Décembre : 13/12

Le **stage « Relève »** sera organisé au centre ADEPS de Jambes aux dates suivantes :

- Congé d'Automne : 30/10 au 1/11/2023

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



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