

**PROGRAMME FEDERAL SABRE**

**PERIODE SEPTEMBRE - DECEMBRE 2024**

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 2024.

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. 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. DATES

27-30/12/2024

#### 4. LIEU

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

#### 5. ENCADREMENT

- A définir

#### 6. 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](mailto:marc.pichon@ffceb.org)
- 0476/63.80.52



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

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

## 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



**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

## 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 2008 et 2013**.

### 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

- MATHIS François
- OOSTERBOSCH Thibault

### 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 renseigné 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.



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 nous 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

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

Le programme détaillé des entraînements « relève » :

- Septembre : 18/09
- Octobre : 16/10
- Novembre : 27/11

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

- Congé d'Automne : 29/10 au 31/10/2024

## 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