



Mâcon le 13 septembre 2024

Mâcon Escrime a le plaisir de vous inviter à la Journée Départementale de Saône et Loire qui aura lieu le **SAMEDI 23 NOVEMBRE 2024**, Salle d'Armes de Mâcon, Au Complexe Sportif des Saugeraies, 195 allée René Cassin, 71000 MACON

Arme	Catégorie	Appel
Epée	M 9 / M 11 / M 13	9h30
Fleuret	M 9 / M 11 / M 13	9h30
Sabre	M 9 / M 11 / M 13	9h30

Inscription : Avant le MERCREDI 20 NOVEMBRE 2024 SUR EXTRANET FFE

Engagement : 5,00 €

Arbitre : 1 à 2 par club, indemnité tarif CD 71

Récompenses : par le CD 71

Restauration : une buvette sera à disposition durant la compétition

Tenue : Être en survêtement pour le matin. Prévoir bouteille d'eau

Encadrements : Si des personnes sont intéressées pour encadrer les ateliers physique et technique, inscription par mail : macon.escrime@sfr.fr
Ils seront pris en charge comme les arbitres.

Programme de la journée :

9h30 – 9h45	Accueil et pointage des tireurs
9h45 – 9h55	Information sur la journée
10h00 – 10h20	Jeux collectif
10h25 – 11h45	Ateliers « physique » (6)
11h50 – 12h10	Ateliers techniques (3) et règlement (3)
12h15 – 12h30	Atelier déplacement en musique(3/4)
12h30 – 13h15	Repas tiré du sac
13h15 – 13h35	Echauffement Individuel ou encadré
13h45 – 16h00	Rencontre (par arme et catégorie mixte)
16h15 – 16h30	Récompenses (tous)

Le Président
Jean Luc ROBERT

Le Maître d'Armes,
Denis CHOPARD