



Planning des Cours 2023/2024



Catégorie	Age du pratiquant dans l'année scolaire	Années de naissance	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Escrime Séniors	à partir de 55 ans				10h à 11h30			
Baby M5	5 ans	2019			13h45 à 14h30			9h à 9h45
Débutants M7 Débutants M9	6 et 7 ans 8 et 9 ans	2017 et 2018 2015 et 2016			14h45 à 15h45		17h30 à 18h30	
Débutants M11 à M17	de 10 à 17 ans	2007 à 2014			16h à 17h30			
Confirmés M9 Confirmés M11 Confirmés M13 à M17	8 et 9 ans 10 et 11 ans de 12 à 17 ans	2015 et 2016 2013 et 2014 2007 à 2012		Leçons individuelles de 17h15 à 18h15	18h à 19h30		18h30 à 19h30	
M20 Séniors Vétérans	de 18 à 20 ans de 21 à 39 ans à partir de 40 ans	2004 à 2006 1983 à 2003 à partir de 1984			20h à 21h30		20h à 21h30	
Mousquetaires ou épée loisir	de 8 à 15 ans	de 2009 à 2016	18h à 19h30					
Escrime Santé Escrime R				18h30 à 20h		Hôpital d'Eaubonne 14h30 à 16h	causeries à 15h cours de 15h30 à 17h	
Escrime artistique	à partir de 16 ans	à partir de 2008	20h à 22h00					entraînement 10h à 13h
Sabre Laser Jeunes	à partir de 8 ans	à partir de 2016		20h à 21h30		18h à 19 h		
Sabre Laser Adultes	à partir de 18 ans	à partir de 2006				19h30 à 20h30		

Adresse mail du Cercle d'Escrime Adamois : ceadamois@free.fr