



# Laissez parler votre corps, « Escrimez-vous ! »

## L'Escrime adaptée

Venez pratiquer un sport de combat (fleuret, épée et sabre) où se mêlent vitesse, précision du geste, explosivité et stratégie...

... Dans le respect de l'adversaire et le plaisir d'être ensemble.

**NOUVEAU :** La section escrime de l'AS Quetigny met en place une session de 12 séances d'**escrime adaptée** pour vos enfants âgés de 5 à 10 ans (8 enfants maximum)



**LES ENTRAINEMENTS** se dérouleront au « **Groupe scolaire LES HUCHES-FRANÇOIS MITTERRAND** », 1 Rue de l'Espace, 21800 Quetigny.

Les séances débuteront le **mardi 10 septembre 2019**

Jour	Horaires	Catégories	Armes pratiquées
Mardi	18H à 19H	Escrime adaptée de 7 à 10 ans	Fleuret/Sabre

Le Maître d'armes **Nicolas REGNARD** est à votre disposition pour tout renseignement à l'adresse mail suivante : **[maitredarmes.asq@gmail.com](mailto:maitredarmes.asq@gmail.com)**

Ne pas jeter sur la voie publique

N'hésitez pas à nous contacter :

**[Maitredarmes.asq@gmail.com](mailto:Maitredarmes.asq@gmail.com)**

et découvrez notre site sur :

[www.asq-escrime.fr](http://www.asq-escrime.fr)