



Guillaume GALVEZ

Salle d'Escrime
Centre Sportif Jean Talbot

OBJECTIFS ET CONTENUS DU COURS

"C'est à la fin de l'envoi que je touche" ...

L'escrime est une activité duelle ancrée dans la société française depuis plusieurs siècles, que l'on retrouvait à la cour royale avec ses mousquetaires.

Depuis, cette activité a évolué pour devenir un sport à part entière, codifié et réglementé mais qui garde un fort caractère ludique. Fort du succès des escrimeurs français aux Jeux Olympiques et autres championnats du monde, vous pourrez :

- Entretenir et améliorer votre condition physique en vous amusant.
- Améliorer vos capacités physiques, motrices, perceptives et décisionnelles.
- Apprendre à mettre en place des stratégies pour dominer et battre son adversaire.

Dans une ambiance chaleureuse, les cours d'escrime vous proposent de vous aider quelque soit votre niveau.