

Stage É.P. – Font-Romeu

Préparation individualisée
aux compétitions d'escrime

24 – 30 juillet 2016

Le stage É.P. s'inscrit dans une **démarche innovante** visant à développer l'**autonomie** des jeunes tireurs qui recherchent la **performance** et participent régulièrement à des **compétitions**.



Technique individuelle, tactique, préparation physique, approche psychologique, conseils diététiques ...

Dotations nombreuses



Encadrement : maîtres d'armes français, anglais et japonais ; **coach**, spécialiste du développement de la performance individuelle; **préparateur physique**, spécialiste de l'analyse du mouvement et de l'optimisation gestuelle



FONT-ROMEU
CHANGEZ D'ALTITUDE!

Renseignements : <http://stage.ep.free.fr/accueil.html>