



LE CENTRE D'ENTRAINEMENT  
DES PAYS DE LA LOIRE  
A NANTES

Epée  
Sabre  
Fleuret

Pour conjuguer  
escrime et étude

CONTACT :  
cts@escrime-pdl.org  
06 70 15 95 07

INTERNAT  
OU  
EXTERNAT

ESCRIMEURS VALIDES  
ET  
HANDISPORT



# PORTE OUVERTE CENTRE D'ENTRAINEMENT



SAMEDI 30 JANVIER 10H00/12H00

# PRESENTATION DU DISPOSITIF

- Historique:
- Présentation de la structure : où, pour qui, quel rythme, quel encadrement,
- Fonctionnement : Les packs, les établissements scolaires, les horaires
- Possibilités : Quels objectifs, quels résultats, quelles études,
- Témoignages:...
- Questions diverses:....



**FLEURET**



**EPEE**



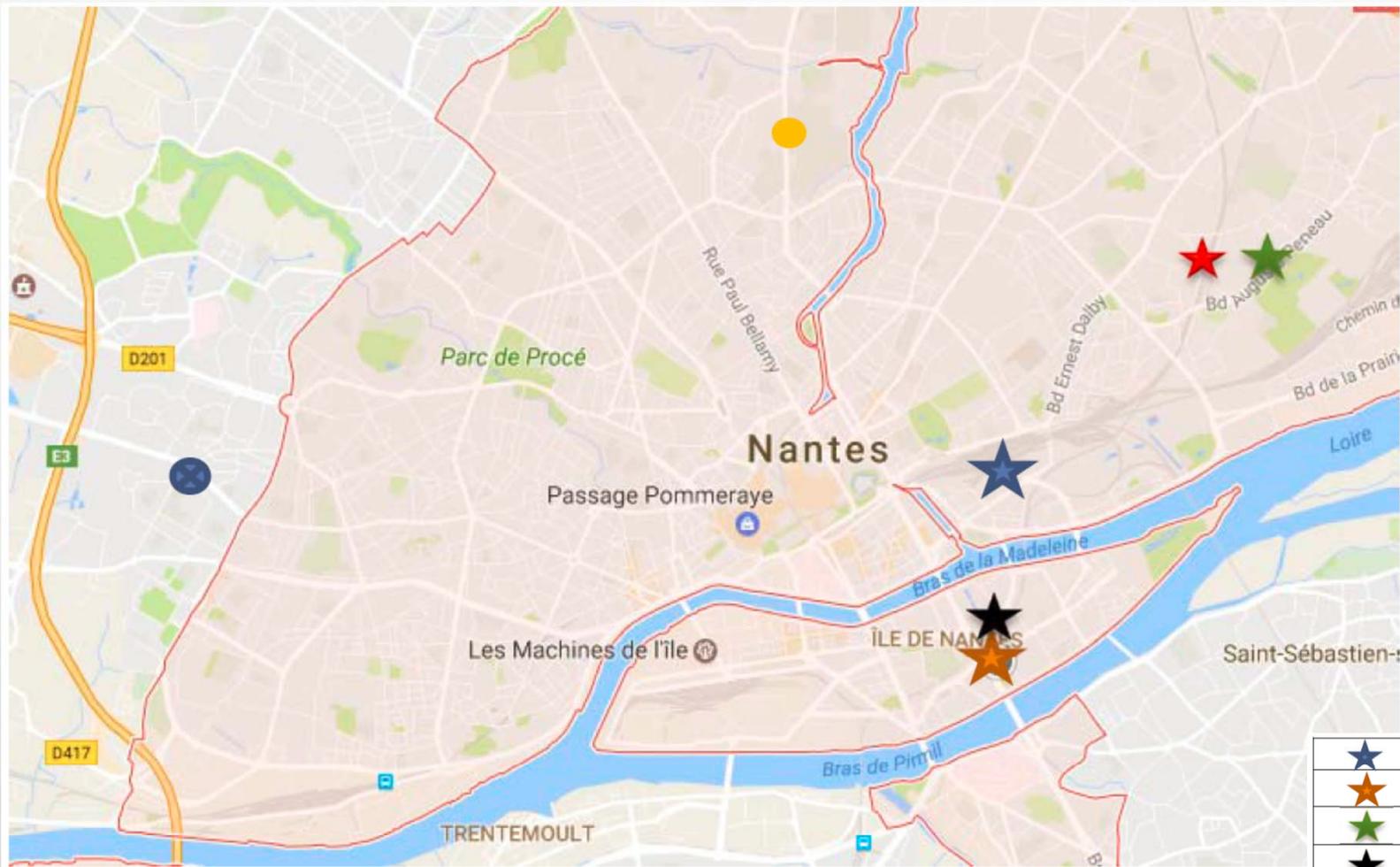
**SABRE**

**1 Centre Régional + 2 CREFED FFE = CENTRE D'ENTRAINEMENT**

# LE LYCEE ET LA SALLE

- [HTTPS://COLINIERE.PAYSDELALOIRE.E-LYCO.FR/](https://coliniere.paysdelaloire.e-lyco.fr/)





	GARE SNCF
	SALLES MANGIN BEAULIEU
	LYCEE LA COLINIÈRE
	ECOLE COFAP IFOM
	CREPS
	COMITE REGIONAL Maison des sports
	SALLE PETIT PORT

## EPEE/SABRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		<del>14H00/18H00</del>		
16H30/19H00 ESCRIME	16H30/19H00 ESCRIME	ESCRIME	16H30/18H30 ESCRIME	

Plus l'EPS obligatoire

## FLEURET

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
18H30/20H30 ESCRIME	18H30/20H00 ESCRIME	18H00/20H00 ESCRIME	16H30/18H30 ESCRIME	

Plus l'EPS obligatoire

## PACK OR

- Ouverture à partir de la classe de quatrième,
- Volume d'entraînement 12H par semaine dont la préparation physique et l'EPS.
- Entraînements dans Nantes et/ou sa métropole,
- Lycée partenaire et conventionné avec horaires aménagés et internat LA COLINIÈRE 129 rue du Landreau Nantes. Etudes en sections S/ES/L/STMG/ST2S/STI2D, Coût estimé 1800€/année scolaire en Internat et pension complète. Avec option « ouverture le dimanche soir »
- Autres lycées en projet de conventionnement, CREPS de Nantes pour bénéficier d'un autre internat,
- Inscription au Centre d'Entraînement 1400€ / an,
- Suivi médical, scolaire et psychologique inclus,
- Critères de sélection : Résultats sportifs, projet individuel, niveau scolaire, autonomie, civisme,

## PACK ARGENT

- Hébergement soit en internat de Lycée ou domicile ou famille d'accueil,
- Ouverture à partir de la classe de quatrième,
- Volume d'entraînement 12H par semaine dont la préparation physique et l'EPS,
- Entraînements dans Nantes et/ou sa métropole,
- Lycée de votre choix, conventionné ou non.
- Inscription au Centre d'Entraînement 1400€ / an,
- Suivi médical, scolaire et psychologique inclus,
- Critères de sélection : Résultats sportifs, projet individuel, niveau scolaire, autonomie, civisme,

## PACK BRONZE

- Hébergement libre,
- Scolarité libre Lycée, FAC...
- Ouverture à partir de la classe de 4ème,
- Entraînements et préparation physique en fonction des possibilités du tireur,
- Entraînements à Nantes et sa métropole,
- Ouverture du Centre d'Entraînement payante et sur dossier pour les étudiants et partenaires externes, montant individualisé sur demande de devis.
- Suivi médical et psychologique proposé et facturé en fonction des nécessités,
- Critères de sélection : Résultats sportifs, projet individuel, niveau scolaire, autonomie, civisme,
- Sur devis.

- **Fonctionnement général :**

- Les retards et absences aux entrainements doivent impérativement être signalés par SMS au 0670159507 aussi vite que possible.
- Un groupe « Messenger » tiendra chaque tireur informé des ajustements et du programme à venir.
- Un groupe WhatsApp est dédié aux parents.
- Les absences au Lycée pour cause de départ en compétition doivent être rédigées sous la forme d'une demande d'autorisation adressée au Proviseur... *Monsieur le Proviseur, Je sollicite de votre part une autorisation d'absence pour ..... avec copie au Professeur Principal et à moi.*
- Parent référent des familles : Eric Estadiou

- **Equipement escrime:**

- Un équipement dédié de qualité et en nombre suffisant devra être acquis par les familles des sportifs.
- Pour l'escrime nous conseillons au minimum : 2 fils de corps/3 armes/1 tenue blanche d'entraînement/1 veste électrique d'entraînement/1 paire de chaussure spécifique. Une commande sera passée auprès de nos partenaires courant septembre. Vous bénéficierez des réductions négociées.
- Pour la préparation physique nous conseillons au minimum : 1 paire de chaussure type running/1 tenue sportive adaptée aux conditions.
- Une armoire est dédiée au CREFED dans la salle d'armes du Petit Port ainsi qu'un placard sécurisé au lycée.



- **Médical :**

- Un dossier médical de double surclassement renseigné par un médecin devra m'être remis par la famille.
- Les tireurs auront accès à 5 séances de préparation mentale qu'ils positionneront en fonction des besoins.
- Les visites en kinésithérapie seront assurées le mercredi à la salle du Petit-Port entre 14H00 et 17H00. En aucun cas la kinésithérapeute du CREFED ne pourra remplacer les soins à envisager au quotidien.
- Les tireurs me solliciteront pour accéder aux soins.

- **Suivi scolaire:**

- De cours de mathématiques sont accordés aux tireurs.
- Accès à Pronote.
- Lien avec le Lycée.

- **La partie sportive**

- Escrime : l'impact, l'équilibre, la distance, la présence, la prise de décision, la logique interne de l'activité, [lien](#)
- Préparation physique : gainage, souplesse, explosivité, endurance pour d'enchaîner des efforts violents. [lien](#)

**UNSS**

**PORTES OUVERTES LYCEE**

# CONTACTS

Vous souhaitez intégrer le Centre d'Entrainement EPEE / SABRE / FLEURET Pays de la Loire.

Votre pré-inscription doit être adressée au coordonnateur à l'adresse suivante :

M. SAGET Jean-Michel CTS Escrime PDL

Maison des Sports 44, rue Romain Roland 44000 NANTES

PRE INSCRIPTION PAR MAIL : [cts@escrime-pdl.org](mailto:cts@escrime-pdl.org) avant le 15 Mars 2021

**Président du CoReg G.Michon : [president@escrime-pdl.org](mailto:president@escrime-pdl.org)**  
**Secrétariat du Comité Régional : [secretariat@escrime-pdl.org](mailto:secretariat@escrime-pdl.org)**