Escrime

**Descriptif général du sport**

L’escrime c’est l’opposition sans violence, au moyen d’une arme, de deux adversaires décidés à donner plus de touches qu’à en recevoir, en respectant certaines règles. L’assaut d’escrime peut se dérouler au fleuret, à l’épée ou au sabre, chaque arme ayant sa spécificité.

**Niveau du cours**

Débutant, mixte, Fleuret.

Débutant, mixte, sabre.

Confirmé/compétition, mixte, 3 armes.

Tous niveaux, mixte, 3 armes.

Débutant, mixte, Epée.

**Objectifs/Contenu**

Apprentissages et perfectionnement de la technique et de la tactique spécifiques à cette discipline. Travail de jambes et technique de main. Mise en situation (assaut), opposition, matches.

**Tenue/Matériel**

Débutant : gant d'escrime (pour la main armée) obligatoire.

Confirmés : gant, arme électrique, fil de corps (et fil de masque pour fleuret et sabre) obligatoires.