

## **Stage EP - Font-Romeu 2016**

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

Date:05/05/2016 10:38:21

Le 4ème stage international É.P. sera organisé du 24 au 30 juillet 2016 à Font-Romeu. Ce stage s'inscrit dans une démarche innovante visant à développer l'autonomie des jeunes escrimeurs (épée) de 13 à 20 ans qui recherchent la performance et participent régulièrement à des compétitions.

Les stagiaires seront suivis individuellement à partir de tests de performance réalisés en début de stage. Un plan individuel de travail et progression sera établi pour chaque tireur.

L'encadrement est assuré par :

- 4 maitres d'armes français et étrangers dont l'expérience en tant qu'entraîneurs et compétiteurs est largement reconnue,
  - 1 coach, spécialiste du développement de la performance et du développement personnel,
  - 1 préparateur physique, Docteur en Sciences du Sport et Brevet d'Etat 2eme degré, spécialiste de l'analyse du mouvement et de l'optimisation gestuelle,
- avec, à disposition des stagiaires, un staff médico-sportif (médecin du sport, spécialiste du haut-niveau, kinés du sport, diététicien du sport, psychologue du sport...)

Points forts du stage :

- \* Suivi individuel avec évaluation de la progression,
- \* Technique individuelle, tactique, préparation physique, approche psychologique, conseils diététiques ...
- \* Groupe de taille raisonnable,
- \* Cadre exceptionnel du CNEA/CREPS de Font Romeu, pôle majeur de l'entraînement et de l'accès à la performance sportive,
- \* Dotations nombreuses

Vous trouverez plus d'information sur notre site internet : <http://stage.ep.free.fr/accueil.html>