



Planning des Cours 2025-2026

Catégorie	Age du pratiquant dans l'année scolaire	Années de naissance	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Santé Séniors	à partir de 55 ans	à partir de 1970			10h à 11h30		10h à 11h30	
Baby M5	5 ans	2020			13h00 à 14h15			9h à 9h45
Débutants M7 Débutants M9	6 et 7 ans 8 et 9 ans	2018 et 2019 2016 et 2017			14h45 à 15h45		17h30 à 18h30	
Débutants M11 à M17	de 10 à 17 ans	2008 à 2015			18h à 19h30			
Confirmés M9 Confirmés M11 Confirmés M13 à M17	8 et 9 ans 10 et 11 ans de 12 à 17 ans	2016 et 2017 2014 et 2015 2008 à 2013		Leçons individuelles de 17h15 à 18h15				18h30 à 19h30
M20 Séniors Vétérans	de 18 à 20 ans de 21 à 39 ans à partir de 40 ans	2005 à 2007 1984 à 2004 à partir de 1985			20h à 21h30		20h à 21h30	
Escrime R				18h30 à 20h			15h30 à 17h	
Escrime artistique	à partir de 16 ans	à partir de 2009	20h à 22h00					répétition de 10h à 13h
Sabre Laser Jeunes	à partir de 8 ans	à partir de 2017		20h à 21h30		18h à 19 h 19h30 à 20h30		
Eveil de la Force Sabre Laser	à partir de 5 ans	à partir de 2020	18h à 19h30					

Adresse mail du Cercle d'Escrime Adamois : ceadamoislisleadam@gmail.com

Site internet : <https://www.escrime-lisle-adam.com>

Mise à jour du 27/07/25