



Planning des Cours 2026-2027

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			10h00 à 11h30		17h00-18h00	
Baby M5	5 ans	2020			13h00 à 14h00			
Débutants M7	6 et 7 ans	2018 et 2019			14h30 à 15h30		18h00-19h00	
Débutants M9	8 et 9 ans	2016 et 2017						
Débutants M11 à M17	de 10 à 17 ans	2008 à 2015			17h30 à 19h30			
Confirmés M9	8 et 9 ans	2016 et 2017					19h00-20h00	
Confirmés M11	10 et 11 ans	2014 et 2015						
Confirmés M13	de 12 à 17 ans	2008 à 2013						
M17 à M20	de 18 à 20 ans	2005 à 2007			20h00 à 21h30		20h00 à 21h30	
Séniors	de 21 à 39 ans	1984 à 2004						
Vétérans	à partir de 40 ans	à partir de 1985						
Escrime R					16h30 à 17h30		17h00-18h00	
Escrime artistique	à partir de 16 ans	à partir de 2009	20h00 à 22h00					répétition de 10h00 à 13h00
Sabre Laser Jeunes- Adultes	à partir de 8 ans	à partir de 2017		20h00 à 21h30		20h à 21h30		
Lecons individuelle					15h30 à 17h30			

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

NOUVEAU SITE INTERNET : <https://www.cercle-escrime-adamois.fr>

Mise à jour du 17/09/2026