

26 & 27 AVRIL
13 / 18 HEURES

A partir de 15 ans / 60 €

STAGE D'INITIATION
ESCRIME DE
SPECTACLE
BATON / RAPIERE

Inédit au



LE MASQUE
ET LA BRËTTE
Théâtre de jeux d'épées



Samedi

- Jeux théâtraux et échauffement physique pour mise en éveil
- Apprentissage de la position de garde au bâton (quaterstaff)
- Familiarisation de techniques de combats au bâton
- Mise en application des techniques par la mise en place d'une scène

Dimanche

- Découverte de l'évolution des épées entre le Xe et XXe siècle
- Jeux théâtraux et échauffement physique pour mise en éveil
- Apprentissage de la position de garde à la canne puis à la rapière
- Apprentissage des gestes offensifs et défensifs de base à la rapière
- Mise en application des techniques par la mise en place d'une scène

Matériel demandé

- Vêtements amples / sportifs
- Chaussures à l'exclusion de tout soulier ouvert ou ne tenant pas le pied (comme les tongs ou chaussures à talons hauts)
- Si possible, une paire de gant en cuir ou synthétique offrant une préhension suffisante (comme gants de jardinage et non moufles ou gants de ski)



A partir de 15 ans - Participation 60 €
Réservation via QR code
ou au 06 89 20 40 99
Fort La Prée - La Flotte

