



## STAGE D'ESCRIME DE SPECTACLE

### *“Rythme et Respiration d'un Duel”*

Un duel n'est pas qu'une succession de phrases d'armes, aussi fidèles soient-elles ! Une arme doit parler comme un dialogue. Un bretteur attentif doit casser toute mécanique dans l'interprétation, scander son assaut pour en exprimer la musique et le tempo. A lui de s'exprimer armes en main pour provoquer chez le spectateur émotions et implication.

Notre but ? Apprendre à insuffler la vie à un combat. De fait, l'interpréter n'est pas simplement réciter une leçon.

---

### LES SAMEDI 9 ET DIMANCHE 10 NOVEMBRE 2013

---

<b>Lieu</b>	<b>Cosec de Morangis</b> 19 rue de l'Eglise 91420 Morangis	
<b>Horaires</b>	Samedi 9 Novembre	
	09h00	Accueil des stagiaires
	09h30	Début du stage
	18h30	Fin de stage
	Dimanche 10 Novembre	
	09h00	Début du stage
	17h00	Fin de stage
<b>Niveau</b>	Ce stage est ouvert aux pratiquants dès 18 ans. Des bases d'escrime sont vivement recommandées.	
<b>Coût</b>	100 € déjeuners compris	
<b>Encadrement</b>	Fabrice Linqué François Cardinali Arman Vossougui	Prévôt d'état / Président de la Garde des Lys Prévôt d'état Comédien professionnel
<b>Matériels</b>	Tenue de sport confortable (tee-shirt, pantalon, chaussures de sport propres) Gants <b>Dague <u>et</u> rapière</b> (ou épée de cour) personnelles ( <i>prêt sur demande</i> )	



## Déroulement

### Rythme et respiration dans un duel à deux armes ? Comment faire vivre un combat ?

Au fil des deux journées s'enchaîneront, dans différents ateliers :

1/ des exercices généraux :

- échauffements, fondamentaux et rappel des bases d'un assaut à deux armes (attaque simple, volte, esquives, désarmement...)

2/ des exercices spécifiques :

- Un travail pour favoriser fluidité ou rythmique
- Un travail pour structurer et cadencer une phrase d'armes
- Un travail de synchronisation, désynchronisation des mouvements
- Un travail sur la coopération et l'écoute
- Un travail sur la lisibilité, l'engagement et le dynamisme

## Assurance

Licence FFE (Escrime) en cours de validité  
ou une attestation du club d'escrime affilié FFE (cf. page 6)

A défaut, une attestation d'assurance couvrant les risques liés à la pratique de l'Escrime Artistique accompagnée d'un certificat médical autorisant la pratique de l'Escrime Artistique de mois de 3 mois.

## Inscription

Remplir le formulaire et le retourner avec le règlement  
avant le 2 novembre 2013 à l'adresse suivante :

**La Garde des Lys**

**23 rue du Général de Gaulle - 91310 Leuville sur Orge**

*Attention : Le nombre de places étant limité, les inscriptions peuvent être clôturées avant le 2 novembre 2013 si le quota est atteint.*

## Renseignements

[contact@escrime-spectacle.com](mailto:contact@escrime-spectacle.com)

Frédérique Linqué - 06 12 50 41 20

Fabrice et Frédérique Linqué - 0950 779 778

# Renseignements pratiques

## Repas

Repas du midi du samedi et dimanche organisés par La Garde des Lys  
 Vos accompagnateurs peuvent déjeuner avec les escrimeurs à raison de 15€ par repas (à régler avec l'inscription)

## Accès à la salle



17 Km au Sud de Paris, à proximité de l'autoroute A6

## RER Juvisy sur Orge ligne C ou D

Des navettes seront organisées pour venir chercher les bretteurs (merci de le demander)

## Hôtels à proximité

### Hôtel Gril Campanile [171m]

34 av Ferdinand de Lesseps 91420 MORANGIS - 01 64 48 61 30

### Comfort Hôtel Adelaïde [1,04km]

81 r Lavoisier 91420 MORANGIS - 01 84 88 01 74

### HOTEL IBIS SAVIGNY [1,54km]

9 av Garigliano 91600 SAVIGNY SUR ORGE - 01 69 05 00 33

### Hôtel Première Classe Epinay S/ Orge [2,35km]

1 B r du Charaintru 91360 EPINAY SUR ORGE - 08 92 70 71 56

## Chambres d'hôtes

### La Ferme Fanost - 59€ la nuit pour 2, petits déjeuners compris

M. et Mme Marandin - 4, rue Charles Fanost 91420 MORANGIS - 01 64 54 94 34  
[http://www.likhom.com/site\\_adherent/La-Ferme-Fanost/morangis/france](http://www.likhom.com/site_adherent/La-Ferme-Fanost/morangis/france)

### La Ferme de Balizy - 62€ pour 2, petits déjeuners compris

91160 LONGJUMEAU - 06 87 38 84 08  
<http://lafermedebalizy.free.fr/>



# FICHE D'INSCRIPTION

## STAGE D'ESCRIME DE SPECTACLE

### *“Rythme et Respiration d'un Duel”*

LES SAMEDI 9 ET DIMANCHE 10 NOVEMBRE 2013

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_ Nombre d'Années de Pratique \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_ Courriel \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

*Souhaite s'inscrire au stage d'escrime de spectacle des 9 et 10 Novembre 2013*

Licencié FFE     Non licencié FFE

Coordonnées du club d'escrime \_\_\_\_\_

Titulaire de la licence n° \_\_\_\_\_ Nom du Maître d'Armes \_\_\_\_\_

Autres Sports ou Activités Artistiques Pratiqués \_\_\_\_\_

Etes-vous intéressé(e) par un repas le samedi soir ?  Oui  Non

- Je joins :
- un chèque libellé à l'ordre de la **Garde des Lys** d'un montant de **100,00 €**
  - la copie de ma **licence d'escrime**
  - OU {
    - une **attestation de mon club d'escrime FFE** pour l'année 2013 / 2014 (cf. Page 6)
    - une **attestation d'assurance couvrant la pratique de l'Escrime Artistique et d'un certificat médical d'aptitude à la pratique de l'Escrime Artistique** de moins de 3 mois
  - la fiche d'inscription et la fiche sanitaire complétées

- J'autorise la diffusion des photos et vidéos** me représentant prises dans le cadre de ce stage (web, plaquettes...) pour une durée illimitée.
- Je refuse la diffusion des photos** me représentant prises dans le cadre de ce stage.

**Date**

**Signature**

Dossier complet (fiches complétées + chèque + documents) à retourner **avant le 2 Novembre 2013** à :  
La Garde des Lys - 23 rue du Général de Gaulle 91310 Leuville sur Orge

**Aucune inscription ne sera prise en compte si elle n'est pas accompagnée du règlement correspondant**



## FICHE SANITAIRE STAGE 2013

NOM \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_

Portable \_\_\_\_\_

→ Groupe sanguin \_\_\_\_\_

→ Avez-vous des allergies ?

ASTHME	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
MEDICAMENTEUSES	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non
ALIMENTAIRES	<input type="checkbox"/> oui	<input type="checkbox"/> non

AUTRES \_\_\_\_\_

*Précisez la cause de l'allergie et la conduite à tenir (si automédication le signaler) :*

→ Suivez-vous un régime alimentaire particulier ?  oui  non

Si oui, lequel ? \_\_\_\_\_

→ **INDIQUEZ CI-APRÈS : Les difficultés de santé**  
*(maladie, accident, crises convulsives, hospitalisation, opération, rééducation) en précisant les dates et les précautions à prendre*

→ Personne à contacter en cas d'urgence \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

*Pour tout problème particulier, n'hésitez-pas à prendre contact avec Fabrice Linqué*



---

## ATTESTATION DU CLUB\*

---

Je soussigné(e)

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Agissant en qualité de Président / Responsable du club d'escrime : \_\_\_\_\_

certifie que M<sup>me</sup> / M. \_\_\_\_\_

est licencié(e) dans le club précité pour l'année 2013 / 2014 et a présenté un certificat médical d'aptitude à l'escrime lors de son inscription pour cette même année.

Date

Signature + cachet du club

**\*si licence en cours**




---

## REPAS ACCOMPAGNATEUR(S)

---

Vos accompagnateurs peuvent déjeuner le samedi et/ou le dimanche avec les escrimeurs à raison de 15€ par repas (à régler avec l'inscription)

Nom du ou des accompagnateurs :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**SAMEDI 9 NOVEMBRE 2013**

Nombre de déjeuners = \_\_\_\_\_

**DIMANCHE 10 NOVEMBRE 2013**

Nombre de déjeuners = \_\_\_\_\_

**TOTAL = \_\_\_\_\_ x 15 € = \_\_\_\_\_ €**

Je joins : un chèque d'un montant de \_\_\_\_\_ €  
(à l'ordre de La Garde des Lys)