



CLUB D'ESCRIME
DE QUÉBEC

Camp d'escrime

Semaine 1 : Du 3 au 7 juillet 2023 Semaine 2 : Du 10 au 14 juillet 2023

Centre communautaire Cap-Rouge
4473 Rue Saint-Félix, Québec, QC G1Y 3A6

Périodes	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8h00-9h00	Arrivé progressive	Arrivé progressive	Arrivé progressive	Arrivé progressive	Arrivé progressive
9h00-10h30	Escrime	Escrime	Escrime	Escrime	Escrime
10h30-12h00	Match à thème	Technique	Match d'escrime	Technique	Match par équipe
12h00-13h00	Diner	Diner	Diner	Diner	Diner
13h00-14h30	Yoga	Randonnée	Soccer	Natation	Jeux d'escrime
14h30-16h00	Jeux d'escrime	Jeux d'escrime	Jeux d'escrime	Natation	Fête de fin de camp
16h00-17h00	Départ progressif	Départ progressif	Départ progressif	Départ progressif	Départ progressif

200\$ pour la semaine, 350 \$ pour deux inscriptions

De 8h00 à 17h00

Ouvert à tous, débutant comme intermédiaire

Une navette sera disponible à partir du terminal de bus Marly jusqu'au centre communautaire

Viens apprendre à te dépasser!

Des questions? info@escrimesth.com

Inscription : <http://www.escrimesth.com/inscriptions.php#inscriptions>