



STAGE DE FORMATION SABRE LASER  
MAITRES D'ARMES  
-  
STRASBOURG



	vendredi 21 août 2020	samedi 22 août 2020	dimanche 23 août 2020
08:00		Petit-Déjeuner	Petit-Déjeuner
09:00		Lexique et Classification Kata Fondamental	Mise en situation péda "Combat sportif" avec thèmes tirés au sort Débriefing
10:00	Accueil et présentation du stage Codes de la pratique	Mise en situation péda "Kata" Débriefing	
11:00	Découverte des règles du combat sportif	Présentation du combat par équipe	
12:00			
12:30	Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner
14:00	Séance type ASL FFE	Etude d'un combat chorégraphié Préparation écrite d'un combat choré à partir de 3 mots du lexique Mise en situation péda "Choré" Débriefing	Relecture et correction des séances du matin
15:00			Dossier, Livret, Débriefing et Questions diverses
16:00	Combat sportif libre et arbitrage		
17:00	Etude de la vélocité des "6 zones"	Présentation de l'appli Mini tournoi	
18:00			
19:00	Dîner	Dîner	
20:00	Construire une séance de combat chorégraphié Construire une séance de combat sportif Réglementation	Compétition de combats par équipe	
21:00			
22:00			