



MATERIEL NECESSAIRE:

Pour les escrimeurs:

- Une tenue complète 350 Newtons avec sous-cuirasse
- 1 masque
- 1 gant
- 2 fils de corps (minimum)
- 1 cuirasse électrique
- 2 fleurets (minimum)
- Chaussures d'escrime

Pour tous les stagiaires:

- 1 paire de chaussures running pour l'extérieur
- 1 paire de chaussons pour la voile ou une paire de vieilles chaussures
- 1 paire de chaussures habillée pour le soir et la soirée disco
- Minimum 12 t-shirts
- 2 pulls
- 1 gilet
- 2 Survêtements + short de sport
- 1 tenue pour la soirée disco
- Sous-vêtements et chaussettes
- 1 k-way (pluie/activité nautique)
- Maillots de bain pour le plage et **NOUVEAU:** un shorty ou maillot de bain spécifique pour la piscine
- 1 serviette de toilette
- 1 serviette pour la plage
- Trousse de toilette avec crème solaire à l'intérieur

Les draps sont fournis (lit et tapis de bain)

Pour tout renseignement avant et pendant le stage vous pouvez nous joindre aux numéros suivants :

Maître Nicolas Henriot (Directeur) : 06.21.11.44.41 / Maître David Robinet : 06.86.16.13.89

Centre ROZ ARMOR – LA FOSSE EYRAND – 22430 – ERQUY Tél. 02 96 72 30 10

Bonnes vacances et Bon stage !!!

David ROBINET et Nicolas HENRIOT