



## STAGE DE CANNE 4 Mai 2019

**13h30-18h**

**LIEU** GYMNASSE Berthe de Boissieux , 4 Rue Berthe de Boissieux à Grenoble 38

**ORGANISATEUR** : GUC Boxe Française section Canne

**INTERVENANTS** : Quentin LELONG, Jean-Pierre LAURE, Professeurs de canne, compétiteur et ancien compétiteur (En fonction du nombre de stagiaires un 3ème intervenant sera demandé)

**COÛT** du stage : 10 euros comprenant le stage, le passage de grade et boissons, barres énergétiques

**MATERIEL** : Merci d' amener vos matériels de protection et cannes, prêt possible de quelques cannes.

**INSCRIPTION** : GUC BF Canne : daniel.lanoy@sfr.fr tél 06 52 05 92 23, avant le 15 Avril 2019

**BUT** : Stage technique, stage de passage de grade, rencontre amicale entre cannistes de différents clubs

### PROGRAMME

- Accueil : 13H30
- Début du stage 13h45
- 2 groupes en fonction du nombre: débutants 1 à 2 ans, confirmés
- Stage spécifique de passage de grade 15h00 15h45, 2 groupes (bleu, vert - rouge, blanc)
- Assaut libre 15h45 17h00 (un arbitre et un juge pratiquants)
- Passage de grade 16h, 17h30
- 17h30 démonstrations BF , armes anciennes, canne et bâton
- 18h pot de fin de stage offert par le GUC BF

