



ESCRIME



LYCÉE FRANÇAIS
International de Bangkok

ETABLISSEMENT
CONVENTIONNÉ



aefe
Agence pour
l'enseignement français
à l'étranger

Activités Extra-scolaires (AES)

CONTACT

- 498, Soi Ramkhamhaeng 39
(Thep Leela 1) Wangthonglang
Bangkok 10310
- +66 (0) 8 6 612 5706
- www.lfib.ac.th
- aes@lfib.ac.th

Pour plus d'informations, veuillez consulter le site internet du LFIB.

For more information, please visit the LFIB website.

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาเข้าไปในเว็บไซต์ของ LFIB.



@LFIBofficial



@LFIBinfo



Animateur | Teacher | อาจารย์



M. Thosaphon TANRATANANOPAKUL,
M. Nutpakal KRUDTIM,
Ancien Champion de Thaïlande,
Coach et Juge.

Niveaux | Levels | ชั้นเรียน



du CP au CM2
(from 1st Grade to 5th Grade)

Langue | Language | ภาษา



Anglais | English | อังกฤษ

Prix | Pricing | ราคา



450 THB / Session (1h)

DESCRIPTIF DESCRIPTION

รายละเอียด

L'escrime est un sport de combat. Il s'agit de l'art de toucher un adversaire avec la pointe ou le tranchant (estoc et taille) d'une arme blanche sans être touché. Ce cours préparera un spectacle pour la Mi-juin.

L'escrime présente de nombreux avantages pour la santé et permet d'améliorer les performances de son corps :

- améliore la flexibilité, augmente les réflexes, la force mentale et la concentration,
- augmente l'agilité des pieds et des mains,
- affine la réflexion stratégique et la prise de décision.

Fencing, also called Olympic fencing, is a sport in which two competitors fight using 'Rapier-style' swords, winning points by making contact with their opponent.

Fencing has a number of health and fitness benefits to improve your body's performance. These can include:

- Improves flexibility, increases reflexes, and boosts mental strength and concentration,
- Increases the nimbleness of feet and hands,
- Hones strategic thinking and decision-making skills.

กีฬาฟันดาบสากลเป็นกีฬาที่สองคู่แข่งต่อสู้โดยใช้ 'Rapier สไตล' ดาบ ชนะคะแนนโดยการจี้ลำตัวของฝ่ายตรงข้าม หลักสูตรนี้มีการแสดงช่วงกลางเดือนมิถุนายน.

การฟันดาบมีประโยชน์ต่อสุขภาพและการออกกำลังกายจำนวนมากเพื่อปรับปรุงประสิทธิภาพร่างกายของคุณ สิ่งเหล่านี้อาจรวมถึง:

- ปรับปรุงความยืดหยุ่นเพิ่มปฏิกิริยาตอบสนองและเพิ่มความแข็งแรงและสมาธิ
- เพิ่มความว่องไวของเท้าและมือ
- ฝึกฝนทักษะการคิดเชิงกลยุทธ์และการตัดสินใจ



ESCRIME