

Le pentathlon moderne c'est quoi:
*Natation / Escrime (épée) / combiné tir-course
(laser-run) / (équitation)*

ALPHA PROVENCE propose 4 apprentissages, enfants-ados-adultes:
*Natation, Escrime, Combiné tir-course (laser-run)
Activités alliant vivacité, concentration, ténacité*



NATATION (enfants / ados / adultes):
-mardi, jeudi et vendredi soir
-mercredi entre midi et 2
-Samedi matin



**COMBINE TIR-COURSE = LASER-RUN (enfants /
ados / adultes):**
-mercredi après-midi
-jeudi soir
-samedi matin



**ESCRIME (ÉPÉE) en partenariat avec le CEM (cercle
d'escrime de Meyreuil):**
-lundi soir à Meyreuil (ados / confirmés)
-mercredi soir à Trets (enfants / débutants)

Infos complémentaires sur le site: <https://alphaprovincesports.fr/>, rubrique Nos activités / pentathlon moderne