

# PER QUÈ PRACTICAR ESGRIMA?

HABILITATS  
BÀSIQUES  
DE PENSAMENT

SUPERACIÓ

COMPANYIA I  
RESPONSABILITAT

VALORS I  
ESTRATÈGIES



**INFANTS**

6-14 ANYS

MENTAL

SOCIAL

FÍSIC

ATEMPORAL



**ADULTS**

18-99 ANYS