

## STAGE 1 OPTION INTENSIF

(à partir du niveau BLEU+/ORANGE)

<p>De 9h à 17h30</p> <p>« UN AN DE TENNIS EN UNE SEMAINE »</p> <p>BOOSTEZ VOS PROGRES</p>	<p>9h-10h : ARRIVEES Accueil des stagiaires</p> <p>10h-11h : Préparation Physique</p> <p>11h-12h30 : Amélioration Technique</p> <p>12h30-13h30 : Déjeuner et Jeux encadrés</p> <p>13h30-14h : Théorie : vidéo, préparer un match, stratégie</p> <p>14h-15h30 : Amélioration tactique</p> <p>15h30-16h45 /17h : Matches de compétition <u>homologués</u></p> <p>17h-17h30 : DEPARTS</p>	<p>Pause déjeuner encadrée par l'équipe</p> <p>Pic nic à ramener</p> <p>L'homologation des match reste fonction de l'âge et du niveau.</p>	<p>Les 5 jours : <b>129 €</b> (+ 10 € pour un non adhérent)</p> <p>Les <b>3 jours (Noël)</b> <b>78 €</b> (+ 10 € pour un non adhérent)</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## STAGE 1 OPTION « A LA CARTE »

<p>De 9h à 12h30 et/ou de 14h à 17h30</p>	<p>Participation partielle au stage INTENSIF (voir ci-dessus)</p> <p>Physique et Technique le matin, tactique et matchs l'après-midi</p>	<p>17 € par demi journée (+4 € pour un non adhérent)</p>
-------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------

## STAGE 2 : STAGES GALAXIE (à partir de 5 ans)

<p>De 9h30 à 11h</p>	<p>NIVEAUX DEBUTANT, BLANC, VIOLET et ROSE</p>	<p>STAGE 5 jours : <b>39 €</b> (+ 10€ pour un non adhérent)</p> <p>STAGE 3 jours (Noël) : <b>24 €</b> (+ 10€ pour un non adhérent)</p>
<p>De 16h à 17h30</p>	<p>NIVEAUX ROUGE ET BLEU</p>	<p>Possibilité d'option « A LA CARTE » : <b>12 €</b> par jour pour une participation partielle (+4€ pour un non adhérent)</p>

## SNTC - FICHE D'INSCRIPTION STAGE JEUNE

- du lundi 26 au vendredi 30 octobre 2020 (5 jours)
- du lundi 28 au mercredi 30 décembre 2020 (3 jours)
- du lundi 22 au vendredi 26 février 2021 (5 jours)
- du lundi 3 au vendredi 7 mai 2021 (5 jours)

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance .....

Adresse .....

.....

Téléphone.....

Email.....

Formule de stage (cocher la case correspondante):

- Stage 1 - OPTION INTENSIF**
- Stage 1- OPTION « A LA CARTE » :**  
**Préciser les souhaits :** .....
- Stage 2- Niveau débutant, blanc, violet, rose à temps complet**
- Idem avec l'OPTION « A LA CARTE »**  
**Préciser les souhaits :** .....
- Stage 2-Niveaux Rouge, bleu**
- Idem avec l'OPTION « A LA CARTE »**  
**Préciser les souhaits :** .....

Règlement :

- Par chèque
- En espèces
- ANCV
- Coupons sports