

STAGES Vacances d'été 2015

Renseignement & Inscription :
02.31.44.26.02 ou tcclirsportive@free.fr

STAGE
Initiation / Perfectionnement
De 6 à 18 ans

Encadré par Didier LEBAHY

<u>Dates</u>	Semaine 1 : du lundi 29 juin au vendredi 3 juillet Semaine 2 : du lundi 6 juillet au vendredi 10 juillet Semaine 3 : du lundi 13 juillet au vendredi 17 juillet Semaine 4 : du lundi 20 juillet au vendredi 24 juillet Semaine 5 : du lundi 27 juillet au vendredi 31 juillet	<u>Programme de la semaine</u> Lundi ➤ jeu de fond de court Mardi ➤ jeu de fond de court + service Mercredi ➤ jeu vers l'avant, montée au filet Jeudi ➤ jeu au filet Vendredi ➤ jeux et matches
	<u>Horaires et Lieu</u> 10h à 12h et/ou 14h à 16h à HELITAS	
<u>Tarifs</u>	150 euros la semaine (10h à 12h ou 14h à 16h) 220 euros la semaine (10h à 12h et 14h à 16h)	

STAGE
COMPETITON
A partir de 11 ans révolus

Encadrés par Stéphane DESMOULINS et Roland JULIENNE
Entraînement + suivi des matches

<u>Dates</u>	Semaine 1 : du lundi 6 juillet au samedi 11 juillet Semaine 2 : du lundi 13 juillet au samedi 18 juillet Semaine 3 : du lundi 20 juillet au samedi 25 juillet Semaine 4 : du lundi 27 juillet au samedi 1 aout	<u>Journée type sans match</u> 10h/11h : échauffement, physique ; 11h/12h : entraînement tennis ; 12h/14h : repas ; 14h/16h : entraînement tennis ; 16h15/16h45 : récupération ; 16h45/17h : mise en place du lendemain ; 17h : fin de journée.
<u>Horaires et Lieu</u>	De 10h à 17h (variable suivant horaires de match) à LA FOLIE	<u>Journée avec match</u> Les enfants sont pris en charge par le club quelle que soit l'heure du match et les entraînements peuvent être modifiés afin de préparer au mieux le joueur.
<u>Tournois</u>	2 tournois à déterminer suivant classement	Ex : Si match avant 10h : RV entre 30 minutes et 1 heure avant l'horaire du match pour échauffement. L'heure de fin de journée sera également retardée si des matches sont programmés après 17h.
<u>Tarifs</u>	300 € la semaine ou 330 € la semaine avec repas inclus ♦ 250 € par semaine supplémentaire ♦ Réduction de 30 € pour inscription d'un 2 ^{ème} enfant	

