

# **STAGE DE TENNIS DE TABLE**

***Pour les enfants de 8 à 17 ans***

***Gymnase lycée Régional de Valbonne :***

***- Du lundi 1 au vendredi 5 Juillet 2024***

***Gymnase César de Roquefort-les-Pins :***

***- Du lundi 19 au vendredi 23 Août 2024***

***- Du lundi 26 au vendredi 30 Août 2024***

**S O P H I A**



***Tennis de Table***

## **Encadrement :**

*Le stage sera dirigé par Aymeric FAURE, titulaire du DEJEPS option tennis de table.*

*Pour tous renseignements ou s'inscrire, vous pouvez nous joindre au 06 64 65 20 18 ou par mail à [contact@sophiatt.com](mailto:contact@sophiatt.com)*

## **Programme :**

- *9h à 9h30 : échauffement + étirements*
- *9h30 à 11h : jeu à la table ou panier de balles*
- *11h à 12h30 : services + schémas de jeu*
- *12h30 à 14h : pause déjeuner + jeux de société*
- *14h à 16h30 : services + matchs ou Cartaping*
- *16h30 à 17h : relaxation + étirements*

***Passage de grades lors de la dernière journée de stage +  
Tournoi avec récompenses***

## **Renseignements divers :**

- *Tenue sportive exigée (short, tennis)*
- *Pique-nique du midi à apporter*
- *Accueil dès 8h30 et garderie jusqu'à 17h30*

## **Tarifs :**

	<i>Adhérent au club</i>	<i>Non adhérent + CE</i>
<i>Semaine</i>	<b><i>120 €</i></b>	<b><i>150 €</i></b>