



223, rue des Landes - 78400 Chatou
Tel: 01.39.52.60.50
www.tennisclubchatou.com

STAGE ADULTES HOMMES et FEMMES **avec SEANCES VIDEO**

NIVEAU de JEU CONFIRME et CLASSE

Du LUNDI 11 au VENDREDI 15 MARS 2013

FORMULE : De 19h30 à 21h sur les courts couverts.
4 joueurs maxi par terrain
Possibilité de s'inscrire à la journée

ORGANISATION : Le stage se déroulera sous forme d'ateliers.
➤ Atelier vidéo
➤ Travail technique au panier
➤ Situations tactiques sous forme de jeux dirigés

PROGRAMME :

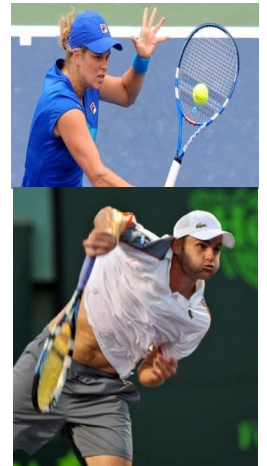
Lundi:	Le jeu de fond de court
Mardi:	Le jeu de fond de court, les effets
Mercredi:	Montée au filet, volée-smash
Jeudi:	Service-retour
Vendredi:	La tactique et le mental de simple et de double

COUT DU STAGE :

5 jours :	110€
4 jours :	92 €
3 jours :	73 €
2 jours :	51 €
1 jour :	26 €

ENSEIGNANTS : Sébastien BRENOT-DURAND, Nicolas PREVOT et Pascal FORENSI.

ATTENTION PLACES LIMITEES (priorité aux inscriptions sur 5 jours)



STAGE MARS ADULTES

NOM : _____ **PRENOM :** _____ **TELEPHONE :** _____

JOURS CHOISIS : Lundi Mardi Mercredi Jeudi Vendredi

Merci de joindre un chèque à l'ordre du T.C.CHATOU