

BULLETIN D'INSCRIPTION

	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Total
❖ 1 : du 24/10 au 28/10	○	○	○	○	○	€
❖ 2 : du 31/10 au 04/11	○	*	○	○	○	€
❖ 3 : du 26/12 au 30/12	○	○	○	○	○	€
❖ 4 : du 20/02 au 24/02	○	○	○	○	○	€
❖ 5 : du 27/02 au 03/03	○	○	○	○	○	€
❖ 6 : du 24/04 au 28/04	○	○	○	○	○	€
❖ 7 : du 02/05 au 05/05	*	○	○	○	○	€
❖ 8 : du 03/07 au 07/07	○	○	○	○	○	€
❖ 9 : du 10/07 au 13/07	○	○	○	○	*	€
❖ 10 : du 21/08 au 25/08	○	○	○	○	○	€
❖ 11 : du 28/08 au 29/08	○	○				€

* Jour férié = salle fermée

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Téléphone (mère) :

Téléphone (père) :

Mode de règlement :

- Chèque (à l'ordre de la VGATT)
- Espèces
- Autre :

J'autorise mon enfant à quitter le centre tout seul

LA SALLE

Centre Sportif Arromanches
31bis, avenue du port au fouarre
94100 Saint-Maur-des-Fossés
Tel : 01.48.89.12.60

CONTACTS

Benoît MONTAUBAN : 06 52 94 13 61
Rémi GIRAUDIER : 06 32 75 72 96
Mail : vga.tennis.de.table@gmail.com
Site : www.vgatt.org

TARIFS

19€ par jour

INFORMATIONS DIVERSES

Présence : un minimum de 3 jours de présence par stage sera exigé pour l'acceptation de l'inscription.

Remboursement : il ne sera procédé à un remboursement qu'en cas de présentation d'un justificatif médical.

Annulation : en cas d'un nombre insuffisant d'inscrits, le club se réserve le droit d'annuler un stage.

STAGES

VGA TENNIS DE TABLE

Saison 2022/2023



Ouvert à tous

Petits ou Grands
(Nés en 2015 et avant)

Licenciés / Extérieurs

Débutants / Confirmés

Filles / Garçons

PRESENTATION DES STAGES

Depuis de nombreuses années, le club organise des stages réservés aux jeunes sur toutes les périodes de vacances scolaires.

Ces stages sont ouverts aux adhérents du club mais également aux jeunes extérieurs, aussi bien les pratiquants que les novices.

UN ENTRAÎNEMENT ADAPTE

Les joueurs sont répartis dans plusieurs groupes en fonction de leur niveau de jeu et de leur âge. Chacun doit trouver sa place dans un groupe.

Le contenu des entraînements est différent en fonction des groupes : exercices, animation, approche adaptée, ...

UN CADRE IDEAL

La salle spécifique est idéalement équipée pour accueillir un grand nombre de stagiaires : plus de 25 tables disponibles pour pratiquer le Tennis de Table, un club-house apportant tout l'équipement pour se restaurer et se reposer : micro-ondes, frigo, couverts, espace détente, ...

ORGANISATION D'UNE JOURNEE TYPE

8h30 – 9h15

Accueil des stagiaires

9h30 – 12h00

Séance de Tennis de Table

12h00 – 13h00

Pause Déjeuner

13h00 – 14h30

Ping Libre

14h30 – 17h00

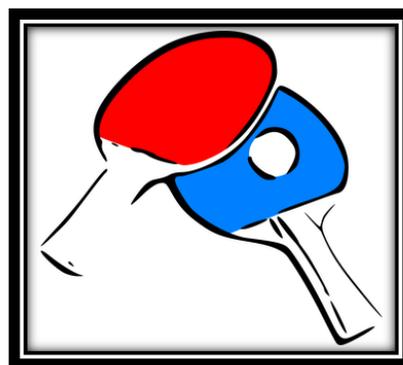
Séance de Tennis de Table

17h00 – 18h00

Jeu Libre

18h00

Fermeture de la salle



UN VENDREDI FESTIF

Les journées de lundi à jeudi suivent le déroulé « classique » d'une journée de stage. La journée de vendredi se veut plus festive avec un programme différent des autres journées :

- ✚ Un passage de diplômes de la méthode Française (examen pongiste) composé de plusieurs exercices à valider.
- ✚ Un tournoi final disputé par tous les stagiaires permettant aux jeunes de se mélanger.
- ✚ Un goûter apprécié après tous ces efforts, un peu de réconfort sur cette fin de stage.

A PREVOIR

Pour la pratique

- ✚ Une tenue de sport adaptée (short, tee-shirt et chaussures de sport).
- ✚ Une gourde ou bouteille d'eau.

Pour les repas

- ✚ Le repas du midi (froid ou à réchauffer).
- ✚ Le goûter (sauf pour le dernier jour).