

POLE ENSEIGNEMENT JEUNES (PEJ)

Les P'tits loups (enfants nés en 2018 et 2019) :

La méthode est adaptée à l'apprentissage du mouvement sous toutes ses formes : Courir, Sauter, Lancer, Attraper et Frapper !

La pédagogie est spécialement liée à la motricité, au développement de l'enfant, à la confiance et l'estime de soi. Basée sur la vision, les sensations et les émotions, la méthode permet un apprentissage rapide pour l'enfant. Des rendez-vous mensuels sont organisés avec les parents sur le court.

Galaxie Tennis (enfants nés de 2013 à 2017) :

«Attention, concentration et match ! La période du jeu, des règles et du plaisir ».

L'enfant construit son style de jeu, sa personnalité et sa relation avec les autres. Mise en place des valeurs : respect, combativité, goût de l'effort, ...

Des terrains de jeu et des matériels adaptés au niveau de chacun, identifiés par couleur : Blanc – Violet – Rouge – Orange – Vert

Tennis Junior (enfants nés de 2019 à 2012) :

Cette formule s'inscrit dans la continuité de « Galaxie Tennis », les jeunes sont encadrés par groupes de 6, selon leur âge et leur niveau.

La formation s'oriente sur l'apprentissage technique et tactique avec une approche ludique de la compétition adaptée à leur catégorie d'âge.

Tennis Fun Ados (adolescents nés de 2006 à 2008) :

« L'âge du groupe avec les copains et copines. »

L'objectif pour les jeunes est de continuer à progresser tout en s'amusant avec ses amis. Début des doubles et aussi d'échanger, de partager les émotions sur le court. C'est l'âge du lien social, des réseaux sociaux et de la découverte du relationnel.

POLE COMPETITION JEUNES (PCJ)

Le PCJ rassemble des compétiteurs nés de 2006 à 2018 engagés dans la compétition et sélectionnés sur proposition du responsable du pôle. Les entraînements : tous les jours de semaine d'une durée de 1h30 entre 17h et 20h.

Le Master Day : tous les mercredis de 11h à 12h30 (nés de 2018 à 2013) et de 14h à 16h (nés de 2016 à 2012).

Programme : physique, biomécanique, tennis et physiologie/cognitive.

PARTENAIRES



Ville de
Montesson



Fédération
Française de
Tennis



TECNIFIBRE
Est notre partenaire
d'équipement Raquettes
et Balles de tennis



Magasin Atelier du Tennis
Tél : 01 39 21 90 40
Localisation : 8 av Charles
De Gaulle 78230 Le Pecq

A VOS
RAQUETTES !
PRÊT ? JOUEZ !



STAGE TENNIS
TOUSSAINT 2023



Olivier - Directeur sportif :
06 86 00 24 44
coaching.malaval@gmail.com

Site internet : tennismontesson.fr



TCM - Parc des Sports
65 avenue Gabriel Péri
78360 Montesson
tél : 01 30 53 24 11

Enfant à partir de 6 ans



Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Sexe : Féminin / Masculin

Niveau :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Téléphone mère :

Téléphone père :

Email :

Je soussigné : ...

Représentant légal de l'enfant ...

J'autorise mon enfant à rentrer seul

Oui Non

Fait à Montesson, le

Signature :

Stage de tennis sur 1 ou 2 semaines

- Semaine 1 : Lundi 23 octobre au vendredi 27 oct.**
- Sem 2 : Lundi 30 octobre au vendredi 3 novembre**

Programme de la semaine

Accueil de 9h à 10h

Tennis de 10h à 12h

Repas 12h30 à 13h30

Tennis de 14h à 16h

Goûter à partir 16h 30

Fin de la journée 18h



Stage complet 5 jours : 300 €
- 20% sur la 2^{ème} inscription *

WE

WE

WE

Stage moins de 5 jours,
veuillez cocher ci –dessous :

Stage < à 5 jours	Lundi	Mardi	Merc	Jeudi	Vend
Journées souhaitées					

Observations :

Le règlement – * Réduction 20 % :

Total : €

Chèque n° Ordre : TC Montesson	Banque	Montant	Carte de crédit	€
			ANCV + 5%	€
			Espèces	€