

# **STAGE DE TENNIS DE TABLE**

***Pour les enfants de 8 à 17 ans***

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

- ***Du lundi 30 juin au vendredi 4 Juillet 2025***

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

- ***Du lundi 18 au vendredi 22 Août 2024***
- ***Du lundi 25 au jeudi 28 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>130 €</i></b>     | <b><i>160 €</i></b>      |