

# STAGE TENNIS JUNIORS

## KIDS-TENNIS DÈS 4 ANS

ÉTÉ 2019

**TENNIS CLUB DE CRANS**

**8 au 12 juillet 2019**



*Niveaux : kids-tennis, loisir (débutant, découverte et confirmé) et compétition*

*Enseignement et programme d'entraînement adapté pour tous les niveaux (5 à 18 ans)*

*Méthode d'entraînement et équipe enseignante diplômée Swisstennis*

*Améliorer les compétences de jeu dans les différentes situations tennistiques, Jouer pour progresser et apprendre à gagner. S'entraîner dans un magnifique cadre verdoyant et sécurisé*

*De nombreux lots et récompenses offerts pour tous les stagiaires*

*Nous parlons Anglais et Allemand*

**Nouveauté : Initiation au Padel Tennis (sport de raquette en plein essor !)**

### Programme\* demi-journée de 9h00 à 11h00:

- Accueil avec un **package offert** pour chaque stagiaire
- **1H30 de tennis** (technique/tactique, Match Play) adapté au niveau et à l'âge de chacun
- **30MIN de physique** (coordination) et multisports (basket, baseball, hockey, **Padel Tennis...**)
- **Conseils individualisés**
- « **Goûter** » avec boissons inclus
- **Prêt du matériel** si nécessaire
- Sur demande, libre choix du nombre de journée et possibilité d'adapter le programme avec des leçons privées avant ou après le stage

**Tarif CHF 270.-**

\*En cas de pluie, le programme peut être modifié mais les horaires ne changent pas

## Lieu du stage :

Tennis Club de Crans, Chemin des Sports 3, 1299 Crans-près-Céligny  
[www.tccrans.ch](http://www.tccrans.ch)

## Mode de paiement:

Paiement en ligne sur <https://www.tiq2sports.com/fr/sebastien-pernel/>, le premier jour du stage en espèces auprès du directeur, Sébastien Pernel

**Ou** à la réservation sur le compte suivant :

Sébastien Pernel UBS Nyon  
IBAN : CH04 0022 8228 1027 2340Q



Directeur de stage : Sébastien Pernel  
076/441 20 86, [sebpernel@gmail.com](mailto:sebpernel@gmail.com)

**INSCRIPTION :** en ligne <https://www.tiq2sports.com/fr/sebastien-pernel/>, par email [sebpernel@gmail.com](mailto:sebpernel@gmail.com), ou à remettre en main propre à Sébastien (par votre inscription vous vous engagez financièrement pour toute la durée du stage)

Nom : ..... Prénom : .....  
Date de naissance : ..... Femme  / Homme   
Niveaux (**entourer votre niveau svp**) : loisir pré-compétition compétition\*  
\*Classement : .....  
Adresse postale : .....  
Téléphone : .....  
Adresse email (en majuscule svp) :  
.....  
Remarques :  
.....