



Frais de recyclage des balles inclus dans le prix des cours

# Petits

De 3,5 ans à 10 ans

## PSYCHO-TENNIS

3,5 ANS À 5 ANS

Apprentissage avec ballon-paille, balles mousse et tout le matériel nécessaire au développement de la coordination, du sens de la balle et des déplacements spécifiques au tennis.

→ 45 MIN./SEMAINE  
MERCREDI 13H30, SAMEDI 10H30 & 11H15  
PENDANT 34 SEMAINES

**350€**

## PRÉ-TENNIS

5 ANS À 7 ANS

Développement harmonieux des techniques spécifiques (coup droit, revers, volée, service...) Apprentissage, en situation de jeux, des notions de jeux de stratégie et de tactique.

→ 1H /SEMAINE  
MERCREDI 13H, SAMEDI 10H & 11H  
PENDANT 34 SEMAINES

**435€**

## MINI-TENNIS

7 ANS À 10 ANS

Apprentissage d'enchaînements de mouvements dans des situations de jeu ludiques, avec du matériel adapté au développement de l'enfant.

→ 1H /SEMAINE  
EN SEMAINE ÀPD 16H, MERCREDI ÀPD 13H,  
SAMEDI ÀPD 9H  
PENDANT 34 SEMAINES

**535€**

# Juniors

De 10 ans à 18 ans

## TENNIS JUNIORS

10 ANS À 18 ANS

Développement des qualités musculaires et motrices dans des situations de jeu complètes ou de manière ludique. Différentes tactiques et stratégies de tennis sont testées et approfondies.

→ 1H /SEMAINE  
EN SEMAINE ÀPD 16H  
SAMEDI DE 9H À 11H  
PENDANT 34 SEMAINES

**560€**

# Adultes

À PARTIR DE 18 ANS

Apprentissage du tennis à tout âge dans une ambiance conviviale. Formule adaptée aux joueurs adultes débutants à confirmés à la recherche de perfectionnement.

→ 1H /SEMAINE  
PENDANT 34 SEMAINES

**560€**

# Compétitions

De 10 ans à 18 ans

## SUR SÉLECTION

FORMULE "INTENSIVE"

Entraînement adapté à la participation aux compétitions. Coaching physique, mental et tactique, l'accent est mis sur le gestion des énergies, stress en compétitions et rapports à la pression.

→ 1H30 /SEMAINE  
LE MERCREDI  
PENDANT 26 SEMAINES  
PENDANT 34 SEMAINES

**600€**

**755€**

FORMULE "ÉLITE"

L'aspect tactique est au centre de cet entraînement. Des mises en situations ludiques et variées sont proposées par les coaches.

→ 2H /SEMAINE  
SAMEDI 12H À 14H  
PENDANT 26 SEMAINES

**485€**

COACHING PHYSIQUE

Pour les jeunes de 10 à 18 ans qui suivent au min. une Formule "COMPÉTITION".

→ 1H /SEMAINE  
SAMEDI À 11H00  
PENDANT 26 SEMAINES

**285€**