

BULLETIN D'INSCRIPTION

	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Total
❖ 1 : du 23/10 au 27/10	○	○	○	○	○	€
❖ 2 : du 30/10 au 03/11	○	○	*	○	○	€
❖ 3 : du 02/01 au 05/01	*	○	○	○	○	€
❖ 4 : du 12/02 au 16/02	○	○	○	○	○	€
❖ 5 : du 19/02 au 23/02	○	○	○	○	○	€
❖ 6 : du 08/04 au 12/04	○	○	○	○	○	€
❖ 7 : du 15/04 au 19/04	○	○	○	○	○	€
❖ 8 : du 01/07 au 05/07	○	○	○	○	○	€
❖ 9 : du 08/07 au 12/07	○	○	○	○	○	€
❖ 10 : du 26/08 au 30/08	○	○	○	○	○	€

* Jour férié = salle fermée

En gras : avec passages de diplômes le vendredi matin

Nom et Prénom :

Date de naissance :

Adresse mail :

Téléphone (mère) :

Téléphone (père) :

Mode de règlement :

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

J'autorise mon enfant à quitter le centre tout seul

Oui

Non

LA SALLE

Centre Sportif Arromanches
31bis, avenue du port au fourre
94100 Saint-Maur-des-Fossés
Tel : 01 48 89 12 60

CONTACTS

Benoît MONTAUBAN : 06 36 18 93 98
Rémi GIRAUDIER : 06 32 75 72 96
Mail : vga.tennis.de.table@gmail.com
Foire aux questions : www.vgatt.org/faq

TARIF

20€ par jour

INFORMATIONS DIVERSES

Date limite d'inscription : le vendredi précédent le stage. Inscription en avance fortement recommandée.

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.

Pertes et Vols : La VGA TT décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol dans la salle ou dans les vestiaires. Chaque stagiaire est responsable de ses affaires.

STAGES

VGA TENNIS DE TABLE

Saison 2023/2024



Ouvert à tous

Petits ou Grands
(Nés en 2016 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

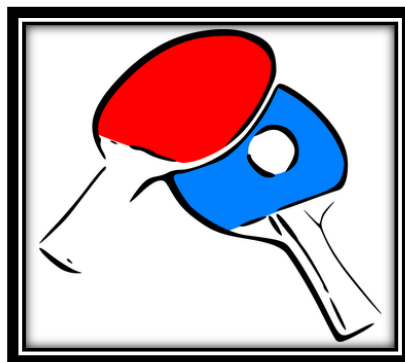
Séance de Tennis de Table

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 composé de plusieurs exercices à valider, proposé sur l'une des 2 semaines (voir site internet rubrique « Les Stages VGA TT »).
- ✚ Un tournoi disputé par tous les jeunes stagiaires.
- ✚ Un goûter bien mérité offert par le club !

À 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).