

Horaires Adultes Compétiteurs (19 ans et +)

Date de début des entraînements : lundi 1^{er} septembre 2025

Pratique libre (en fonction des places disponibles)

Lundi : 17h - 22h
Mardi et Jeudi : 17h - 22h
Mercredi : 14h - 22h
Vendredi : 17h - 19h
Samedi : 9h30 - 12h30
14h - 17h
Dimanche : 9h - 13h

Entraînements adultes (-1300 pts)

Mardi et mercredi : 20h30 - 22h
Dimanche : 10h30 - 12h
(1 séance / mois)

Entraînements adultes Elites (+ 1300 pts)

Lundi et jeudi : 20h30 - 22h

Séance Montée de Tables (matches / challenges)

(Toutes catégories)

Lundi : 19h - 20h

Pour la pratique du tennis de table

Tenue obligatoire

- Short (ou jogging)
- Tee-shirt à manches courtes
- Chaussures de sport

Affaires à prévoir

- Raquette et housse
- Bouteille d'eau ou gourde
- Sac de sport

Les partenaires du club



VGA Saint Maur Tennis de Table

Saison 2025/2026



<https://vgatt.org>

Compétiteurs jeunes & adultes

Adresse

Centre Sportif Arromanches
31 bis Avenue du Port au Fouarre

Contact

01.48.89.12.60

vga.tennis.de.table@gmail.com



[vga_tennis_de_table](#)



[VGA Tennis de Table](#)

Les Inscriptions

En ligne

Via notre site :
www.vgatt.org

Paielement en ligne
par CB possible

Pièces obligatoires à fournir

- Cotisation complète
- Formulaire de demande de licence signé
- Certificat médical ou questionnaire médical selon les cas

Cotisations & Aides financières

Perfectionnement Poussins/Benjamins

(né entre 2015 et 2018)

→ 320 €

Perfectionnement Minimes/Cadets/Juniors

(né en 2007 et 2014)

→ 320 €

Elites Poussins / Benjamin / Minimes

(né en 2014 et 2018)

→ 340 €

Elites Cadets/Juniors

(né entre 2007 et 2013)

→ 340 €

Adultes compétiteurs/élites

→ 320 €

Bon à savoir

- Des dispositifs d'aide existent afin de réduire le coût de l'inscription. Renseignez-vous auprès de la mairie ou de la VGA Omnisports
- Réduction de 20% à valoir dès le 2^{ème} adhérent d'une même famille (hors Ping en Famille)

Horaires Jeunes Compétiteurs (-19 ans)

Date de début des entraînements : lundi 1^{er} septembre 2025

Perfectionnement Poussins/Benjamins (né entre 2015 et 2018)

Mercredi : 16h30 - 18h
Jeudi : 17h30 - 19h
Vendredi : 17h - 19h

Perfectionnement Minimes/Cadets/Juniors (né entre 2007 et 2014)

Mardi : 19h - 20h30
Mercredi : 16h - 17h30
Jeudi : 19h - 20h30
Vendredi : 17h - 19h

Elites Poussins Benjamins/Minimes (né entre 2014 et 2018)

Lundi : 17h00 - 18h30
Mardi : 17h00 - 18h30
Mercredi : 17h30 - 19h
Jeudi : 17h00 - 18h30
Vendredi : 17h - 19h
Samedi : 9h30 - 11h30

Elites Cadets/ Juniors (né entre 2007 et 2012)

Lundi : 20h30 - 22h
Mardi : 18h30 - 20h30
Mercredi : 19h - 20h30
Jeudi : 18h30 - 20h30
Vendredi : 17h - 19h

Séance Montées/Descentes (matches / challenges) (pour tous les jeunes compétiteurs)

Vendredi : 17h - 19h

Le Tennis de Table se pratique également en jeu libre. Il est important de le pratiquer pour le simple plaisir de jouer (avant ou après ses entraînements ou sur d'autres jours de la semaine, cf. « Pratique libre » au verso).