***Stage de Tennis de table***

***Vacances de Noël***



Pendant les vacances, le club organise des stages de perfectionnement technique. Ces stages sont l’occasion de s’entraîner différemment et d’augmenter considérablement le volume de jeu (1 stage = 6 à 8 semaines d’entraînement).

* Ateliers « Paniers de balles »
* Séances individualisées
* Analyse vidéo
* Préparation physique
* Renforcement de la dynamique de groupe

***FORMULAIRE D’INSCRIPTION***

**Date limite d’inscription : 22 décembre 2023**

**à remettre aux entraîneurs ou par mail asmeudontt@gmail.com**

NOM : PRENOM : AGE :

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Mardi 2/01 | Mercredi 3/01 | Jeudi 4/01 | Vendredi 5/01 |
| Matin |  |  |  |  |
| Après-midi |  |  |  |  |
| Journée complète |  |  |  |  |

***Signature (parents pour les mineurs) :***

***TARIFS***

* **Demi-journée : 11 euros (adhérent) – 15 euros (non adhérent)**
* **Journée complète : 22 euros (adhérent) – 30 euros (non adhérent)**

Règlement**:**

Espèces ou Chèque **à l’ordre de l’A.S.M Tennis de Table**

***DATES et LIEU***

* Mardi 2 au vendredi 5 janvier 2024

Gymnase Michel Vignaud

14 avenue du maréchal de Lattre de Tassigny Meudon la Forêt - 92360

***HORAIRES***

* Matin : 9h30 - 12h30
* Pause déjeuner : 12h30 - 14h

Possibilité de pique-niquer sur place (micro-ondes, réfrigérateur)

* Après-midi : 14h - 17h