

DATES À RETENIR

Semaine 1 du 30 juin au 04 juillet

Semaine 2 du 07 au 11 juillet

Semaine 3 du 14 au 18 juillet

Semaine 4 du 21 au 25 juillet

Semaine 5 du 28 juillet au 1er août

Semaine 6 du 4 au 8 août

Semaine 7 du 11 au 15 août

REPAS



Petit Déjeuner offert tous les matins à 8h

Repas équilibré
(Plat - dessert - boisson)

8€

PROGRAMME

Programme type d'une journée de stage **MULTISPORTS***

8h - 9h	Petit déjeuner
9h - 10h	Tennis
10h - 12h	Sports collectifs
12h - 14h	REPAS + REPOS
14h - 16h	Ateliers sportifs
16h - 17h	Tennis



Programme type d'une journée de stage **TENNIS***

8h - 9h30	Petit déjeuner
9h30 - 10h	Réveil musculaire
10h - 12h	Tennis technique
12h - 14h	REPAS + REPOS
14h - 16h	Tennis tactique



* Garde assurée jusqu'à 18 h

