

STAGES TENNIS & PADEL

VACANCES PRINTEMPS 2024

> du 08 au 12 avril
> du 15 au 19 avril

• Formules TENNIS

- . MATIN TENNIS
- . MINI TENNIS
- . FUN TENNIS
- . TOURNOIS

• Formules PADEL

- . MATIN PADEL
- . FUN PADEL

• Infos & inscriptions :

- . 06.76.18.48.59
- . laurent.gardin@stadetoulousain-tennisclub.com

SUIVEZ
NOS ACTUS



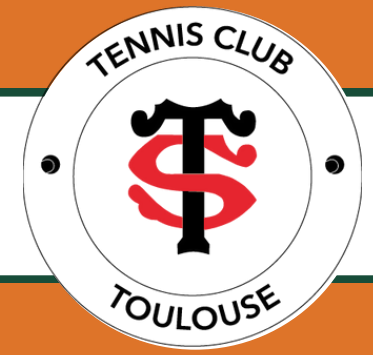
STADE TOULOUSAIN TENNIS CLUB

116 rue des Troènes - 31200 Toulouse



stadetoulousain-tennisclub.com | contact@stadetoulousain-tennisclub.com

DÉTAILS DES DATES



semaine 1 : du 08 au 12 avril

- Formules TENNIS
 - . MATIN TENNIS
 - . FUN TENNIS
 - . MINI TENNIS
- Formules PADEL
 - . MATIN PADEL
 - . FUN PADEL

semaine 2 : du 15 au 19 avril

- Formules TENNIS
 - . MATIN TENNIS
 - . FUN TENNIS
 - . MINI TENNIS
- Formules PADEL
 - . MATIN PADEL
 - . FUN PADEL

FORMULE DEMI JOURNÉE

Tennis ou Padel

sur 5 jours
de 9h à 12h

PROGRAMME

| CRÉNEAU MATINÉE

9h. Accueil des stagiaires
9h30. Echauffement
(réveil musculaire, technique de course, coordination, jeux sportifs)
10h-12h. Tennis ou Padel avec 2h d'entraînement

INFORMATION COMPLÉMENTAIRE

de 7 à 18 ans

FORMULE MINI-TENNIS

Tennis

Stage Tennis
sur 5 jours

PROGRAMME

10h30. Accueil des stagiaires
10h30/12h. Tennis

INFORMATION COMPLÉMENTAIRE

de 4 à 6 ans

FORMULE FUN

Tennis ou Padel

Stage multi-activités
sur 5 jours de 9h30 à 17h

PROGRAMME D'UNE JOURNÉE

9h. Accueil des stagiaires
9h30. Tennis ou Padel - 2h30 d'entraînement
12h. Repas / restaurant (menu à 10€) ou possibilité
d'amener son pique-nique
13h30. Multi-activités / escalade, trampoline, padel,
basket, foot
15h30. Tennis ou Padel / matchs amicaux
16h30/17h. Coûter et fin de journée

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

de 8 à 18 ans

Les activités de l'après-midi se dérouleront pour la plupart à l'Urban Village. Le transport sera assuré par les professeurs du STTC. Le complexe se situe à 1,5km du club et les déplacements se feront à pied ou en mini-bus ou en voiture. Les activités seront encadrées par des professionnels ou par un enseignant.

FORMULE TOURNOIS

Tennis

Stage sur 5 jours
de 9h30 à 17h

PROGRAMME D'UNE JOURNÉE

9h30. Echauffement
10h. Entraînement Tennis
12h. Repas / restaurant (menu à 10€) ou possibilité
d'amener son pique-nique
13h30/17h. Matches en tournoi l'après-midi (s'il n'y a
pas de match les enfants rejoignent le groupe FUN)

INFORMATION COMPLÉMENTAIRE

de 8 à 18 ans

les enfants sont accompagnés par des enseignants ou
éducateurs,
ce sont des tournois officiels organisés par des clubs
alentours

DEMI-JOURNÉE

FORMULE MINI-TENNIS

Stage d'entraînement sur 5 jours
de 10h30 à 12h

de 4 à 6 ans / 100€*

FORMULE MATIN

Stage d'entraînement sur 5 jours
de 9h30 à 12h

de 7 à 18 ans / 150€*

JOURNÉE

FORMULE FUN ou TOURNOIS

Stage multi-activités ou Stage Tournois
de 9h30 à 17h

PROGRAMME COMMUN EN MATINÉE

9h. Accueil des stagiaires

9h30. Échauffement

10h. Tennis

12h. Repas**

FUN

de 8 à 18 ans / 250€*

13h30. Multi-activités
(escalade, trampoline, padel dans un
complexe à proximité du club)

15h30. Tennis, jeux ludiques,
compétition libre

16h30/17h. Goûter et fin de stage

TOURNOIS

de 11 à 18 ans / 250€*

13h30/17h. Tournois



*+10% du tarif de la formule pour les non-adhérents STTC / +22€ de licence pour les non-licenciés

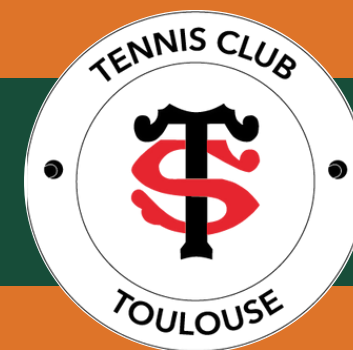
** Menu à 10€ au John's Club (club house du STTC) ou possibilité d'amener son pique-nique.

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Renseignements et inscriptions auprès de Laurent Gardin :

- 06.76.18.48.59
- laurent.gardin@stadetoulousain-tennisclub.com

PLANNING & ORGANISATION



PLANNING MINI-TENNIS :
 . tous les jours / 9h30-12h

JOURNEES TYPES			
FORMULE MATIN			
09:00/09:30	ACCUEIL		
09:30/10:00	ECHAUFFEMENT		
10:00/12:00	ENTRAINEMENT TECHNIQUE		
	FORMULE FUN	FORMULE TOURNOI	FORMULE APREM
12:00/13:30	REPAS	REPAS	
13:30/15:30	MULTI-ACTIVITES (foot, basket, bad/padel, trampoline, escalade)	MATCH EN TOURNOI (ou entrainement ou repos)	ENTRAINEMENT
15:30/16:30	TENNIS		MATCHES AMICAUX
16:30/17:00	gouter et fin de stage		



Ne pas jeter sur la voie publique

STADE TOULOUSAIN TENNIS CLUB

116 rue des Troènes - 31200 Toulouse

stadetoulousain-tennisclub.com | contact@stadetoulousain-tennisclub.com

