

TENNIS DE TABLE ENTRAINEMENTS 2023/2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
INITIATION (6-9 ANS)			14h-15h		17h - 18h		
CLUB jeunes		17h - 19h	15h-19h		18h - 20h		
CLUB		19h- -21h	17h30 - 19h	19h- -21h	18h - 20h		
ELITE	17h - 19h30		19h-21h	17h-19h (Jeunes) / 19h-21h (Adultes)			
LOISIR	19h30-21h						
LIBRE	21h-22h	21h-22h	21h-22h	21h-22h		9h30 - 12h	10h - 12h

INITIATION : Séance dirigée par un entraîneur, destinée aux enfants les plus jeunes (6-9 ans), qui découvrent le tennis de table.

LOISIR ADULTES : Séance dirigée par un entraîneur, destinée aux adultes non-compétiteurs qui souhaitent s'initier ou perfectionner leur pratique du tennis de table.

ÉLITE : Séance destinée aux jeunes compétiteurs investis par un réel projet de progression ainsi qu'aux adultes compétiteurs des échelons Régional/National. La liste des joueurs concernés par cette séance sera communiquée par l'entraîneur au début de la saison.

CLUB JEUNES : Séance dirigée par un entraîneur, destinée aux jeunes peu ou pas compétiteurs de 10 à 18 ans.

CLUB : Séance libre durant laquelle l'entraîneur sera néanmoins présent pour donner des conseils individualisés, ouverte à tous les membres du club dans la limite des places disponibles. L'objectif de cette séance est de décloisonner les niveaux et de proposer une expérience la plus inclusive possible.

ENTRAÎNEMENT LIBRE : Séance libre ouverte à tous, durant laquelle l'entraîneur ne sera pas présent.