

# Stage de mars

Pendant les vacances la section organise des stages de perfectionnement technique. Ces stages permettent d'augmenter considérablement le volume d'entraînement (1 stage = 6 à 8 semaines d'entraînement).

C'est aussi l'occasion de s'entraîner différemment :

- Ateliers « Paniers de balles »
- Séances individualisées
- Analyse vidéo
- Préparation physique
- Renforcement de la Dynamique de groupe

Le stage se déroulera du  
Lundi 4 au vendredi 8 mars 2019

## FORMULES

|          |   |   |
|----------|---|---|
| <b>A</b> | jours complètes de 9h30 à 17h   | <b>90 Euros</b>   |
| <b>B</b> | 4 matinées de 9h30 à 12h30  | <b>55 Euros</b>   |
| <b>C</b> | 4 après-midi de 14h à 17h   | <b>55 Euros</b>   |
| <b>D</b> | A la carte, indiquer les demi-journées ou jours choisis sur le bulletin d'inscription | <b>12 euros la demi-journée</b><br><b>20 euros la journée</b> |

\*Règlement : Espèces ou Chèque à l'ordre de l'A.S.M Tennis de Table

\*Possibilité de pique-niquer sur place (micro ondes)

Date limite d'inscription le mercredi 20 février  
( à remettre aux entraîneurs ou par mail : [pruvost.l@gmail.com](mailto:pruvost.l@gmail.com))

Partie à découper

---

NOM :

Formule choisie :  
(D : indiquer les dates)

PRENOM :

Signature des parents