

CONTENU DU STAGE

- Échauffement
- Travail technique
- Travail individuel
- Travail physique de mise en forme
 - Tournoi
 - Jeux collectifs
 - Récupération

Prix adhérent club: **60 €**

+ Clubs partenaires

Prix joueur extérieur : **80 €**

Lors de votre première inscription, le T-Shirt du STAGE vous sera offert par notre partenaire **DONIC**

(Précisez la taille) XL – L – M – S – XS



AS Pontoise Cergy TT

Champion d'Europe et
Champion de France

2016

Champion d'Europe 2014 et Champion de France 2015

STAGE

Ping pour tous

Février 2018

FICHE D'INSCRIPTION

A envoyer avant le 14 février 2018 avec le règlement
(Pour valider votre inscription au stage) à :

AS PONTOISE CERGY TT
À l'attention de Mr Christian Adam
Hall Omnisports
1 rue Pierre de Coubertin
95300 PONTOISE

ET Confirmation d'inscription par mail : isabelle.aspctt@gmail.com
(Chèque à l'ordre de l'ASPCTT)

Date limite d'inscription : 14 février 2018

21 – 22 et 23 février 2018

NOM : _____

PRÉNOM : _____

Date de naissance : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

Mail : _____



Pour les personnes n'étant pas licenciées au club, se munir d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du tennis de table ou de leur licence avec certificat médical présenté.

LIEU : HALL OMNISPORTS DE PONTOISE

1, rue Pierre de Coubertin

95300 PONTOISE

21 – 22 et 23 février 2018

Horaire :

De 10 h 30 à 12 h 30

Et de 13 h 30 à 16 h

Prévoir un repas froid

(Pour manger à l'extérieur prévoir une autorisation parentale)

Encadrements : Entraîneurs Brevet d'Etat (B.E.E.S. 1^{er} degré)

Attention : en-dessous de 8 participants, le stage pourrait être annulé.