



## MINI CLUB (3 à 5 ans Mi-temps/ Temps-plein)

La journée est partagée en 4 séances de 90 min.

Matin: Tennis - Natation - Circuits

Jeux de psychomotricité.

Après-midi: Bricolage - Jeux de balles.

## MINI TENNIS (de 5 à 7 ans)

Initiation à la maîtrise technique du tennis.

Sur terrain et matériel adaptés.

8 enfants max. par groupe.

Mi-temps: 2h de tennis et 1h de piscine

Temps-plein: Mini-tennis + Multisports,

## MULTISPORTS

Par groupe d'âge (7 à 9 ans ou 10 à 12 ans)

et par groupe de 12 enfants.

Programme du jour: 3h de sports d'équipe

1h Tennis + 1h Squash + 1h Natation.

Pour les sports d'équipe, choix entre  
mini-foot, hockey, mini-basket, baseball.

## PERFECTIONNEMENT NATATION

A 16h, perfectionnement de la brasse,  
du dos et du crawl,

pendant 1h en groupe de 4 min.

et max. 6 enfants.

## BRICOLAGE + NATATION (de 5 à 8 ans)

Matin, bricolage en groupe de 12 enfants,

Après midi, accoutumance à l'eau et initiation  
au mini-tennis. Groupe de 6 enfants.

## TENNIS JEUNES (de 8 à 18 ans)

Initiation et perfectionnement  
dans toutes les composantes du jeu:  
technique, tactique, physique et mentale.

6 enfants max. par groupe.

Mi-temps: 3h tennis matin ou 2h tennis

+1h natation après-midi

Temps-plein: 3h tennis matin + 2h après-midi  
+ 1h natation.

## SQUASH

Initiation et training intensive ave 2 moniteurs.

Technique, tactique, mental et physique.