

Camp Tennis - Physique - Mental

Séjour agréé par la Direction Départementale de la Jeunesse et des Sports.

Une immersion de **2 semaines** dans une base d'entraînement de joueurs haut niveau.

A partir de 12 ans

Tes objectifs :

- ✓ Progresser techniquement et tactiquement.
- ✓ Avoir une meilleure condition physique afin d'être performant(e) pendant tout le match.
- ✓ Apprendre les techniques mentales utilisées par les pros, pour exprimer pleinement ton potentiel en compétition.

Les dates :

Vacances de Février, Pâques,
Juillet & Août

Arrivée : Dimanche 17h

Départ : Samedi 14h

Ton programme

-TENNIS : 2h tous les matins
du lundi au vendredi.

- PREPARATION PHYSIQUE :
lundi, mercredi et vendredi après-midi.

- PREPARATION MENTALE :
mardi, jeudi et samedi après-midi.

Analyses de match et rapport de stage.

Programme adapté aux joueurs
et joueuses 4^{ème}, 3^{ème} et 2nde série.

Académie de tennis des Hauts de Nîmes



L'Académie :

Un village tennis en plein cœur de la garrigue nîmoise, abritant 25 terrains dont 4 courts couverts et 2 terres battues, un espace fitness, un internat et un bar-restaurant.

Nos prestations :

- ✓ Pension complète sur place
- ✓ Hébergement sur place
- ✓ Encadrement 24h/24
- ✓ Animations : activités sportives, piscine, soirées à thème, ... possibilité d'activités payantes (bowling, cinéma...).

Participe à un tournoi homologué
au sein de l'Académie !

Juillet - Août

(frais d'inscription supplémentaires)

Tarifs :

2 semaines => 1.380 €

Remise de 5% pour le deuxième enfant de la même famille (même nom, même adresse)

Académie de Tennis des Hauts de Nîmes
620, ch des Hauts de Nîmes 30900 Nîmes
cedricnouvel@aol.com - 04.66.64.48.23
Sylvie Pourin 06.11.52.45.87

Camp Tennis – Physique - Mental

Bulletin d'inscription

Bulletin d'inscription à nous retourner complété, accompagné d'un chèque d'arrhes de 25% du prix du séjour, à l'ordre de la **SARL Hauts de Nîmes Tennis**.

Le solde est à régler 15 jours avant le début du séjour.
Aucun camp ne pourra débuter sans le règlement au complet.

Conditions d'annulation:

- 15 jours avant le début du camp : restitution des arrhes déduction faite de 80€ de frais de dossier.
- Moins de 15 jours avant le début du camp : les arrhes sont conservées dans leur intégralité.
 - Tout camp commencé est dû intégralement.

Remarques particulières :

- La direction décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou dégradation d'objet de valeur (à éviter dans les effets personnels).
 - Licence et certificat médical en cours de validité sont obligatoires pour participer aux tournois.

prince

Tu as un super coach ?!?
Donne nous ses coordonnées et
gagne un TEE-SHIRT Prince !

Nom & Prénom de ton coach : _____

Club : _____ N° de tel : _____

Mail : _____

La force du rêve !!!

HAUTS DE NIMES
TENNIS ETUDES

Nom : _____ Prénom : _____

Date de naissance : ____ / ____ / _____ Sexe : F - M Classement : _____

N° de licence : _____

Date du séjour : du ____ / ____ / 2011 au ____ / ____ / 2011.

E-mail : _____

Adresse : _____

_____ Code Postal _____ Ville _____

Tel dom : _____ Tel port : _____

Précisez le lieu d'arrivée et départ du stagiaire :

- Arrivée directement à l'Académie.
- Arrivée en gare de Nîmes. Horaire : ____ h ____.
- Arrivée à l'aéroport de Montpellier. Horaire : ____ h ____.
(50€ de participation pour le trajet aéroport – Académie)
- Départ directement de l'Académie.
- Départ en gare de Nîmes. Horaire : ____ h ____.
- Départ de l'aéroport de Montpellier. Horaire : ____ h ____.
(50€ de participation pour le trajet Académie - aéroport)

Je désire participer à un tournoi : Adulte (Juillet-Août) Jeune (Juillet)

Je soussigné, _____, responsable légal de l'enfant,
_____, autorise mon fils, ma fille, à participer au camp
tennis – physique - mental et à toutes les sorties et transports nécessaires au bon
déroulement du séjour. J'autorise également l'Académie à utiliser les photos prises
pendant le séjour pour parution ou utilisation sur le site internet.

A _____ Le _____ Signature du responsable légal :