



VIVEZ PING !

# STAGES

## VACANCES SCOLAIRES

### Saison 2019-2020

- **RENTRÉE** : du mardi 27 au jeudi 29 août 2019  
de 14h à 18h > Jeunes / de 19h à 21h > Adultes
- **TOUSSAINT** : du lundi 28 au jeudi 31 octobre 2019
- **NOËL** : du jeudi 2 au samedi 4 janvier 2020
- **HIVER** : du mardi 25 au vendredi 28 février 2020
- **PRINTEMPS** : du mardi 21 au vendredi 24 avril 2020

Encadrement assuré par deux entraîneurs diplômés DEJEPS et l'équipe technique du club.

Ouverts à tous : tous niveaux, autres clubs, non licenciés.



### MATERIEL A PREVOIR

Tenue de sport, raquette, serviette, bouteille, déjeuner et goûter (micro-ondes à disposition)

**P** LAISIR  
ARTAGE  
ERFORMANCE



Sarthe  
Le Département



DAUPHIN®  
SPORTS ET LOISIRS DE LA SARTHE

# HORAIRES d'une journée type

- 9h30 - 10h00 : accueil et installation de la salle
- 10h00 - 10h30 : échauffement
- 10h30 - 12h30 : séance de ping
- 12h30 - 14h00 : repas sur place
- 14h00 - 14h30 : échauffement ludique
- 14h30 - 16h00 : séance de ping
- 16h00 - 16h15 : pause goûter
- 16h15 - 17h15 : formes de comptage
- 17h15 - 17h30 : étirements et bilan



Dans notre nouvelle salle, à compter de janvier 2020, accueil de 8h30 à 9h30 et de 17h30 à 18h.

## TARIFS

Inscription possible à la journée.

- **Licenciés club** : 15 €/jour
- **Licenciés extérieurs** : 17 €/jour
- **Non-licenciés** : 15 €/jour avec assurance en sus :
  - né en 2008 et après : 17,60 €
  - né entre 2004 et 2007 : 22,00 €
  - né entre 2003 et avant : 28,70 €

## RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTION EN LIGNE

[www.lemanssarthe.tennisdetable.net](http://www.lemanssarthe.tennisdetable.net)

**Lieu du stage** (voir détails accès sur notre site web)

**Jusqu'au 31/12/2019 :**

Gymnase Victor Lair  
3 av. Henri Pierre Klotz  
72 000 Le Mans

**A partir du 01/01/2020 :**

Sous réserve, voir confirmation sur  
notre site web ou page Facebook.

Av. Olivier Heuzé  
72 000 Le Mans



Tél. : 09.81.73.95.44

@LeMansSartheTT • [www.lemanssarthe.tennisdetable.net](http://www.lemanssarthe.tennisdetable.net)  
[secretariat@lemanssarthe.tennisdetable.net](mailto:secretariat@lemanssarthe.tennisdetable.net)