

# BULLETIN D'INSCRIPTION

	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Total
❖ 1 : du 21/10 au 25/10	○	○	○	○	○	€
❖ 2 : du 28/10 au 31/10	○	○	○	○	*	€
❖ 3 : du 30/12 au 03/01	○	○	*	○	○	€
❖ 4 : du 17/02 au 21/02	○	○	○	○	○	€
❖ 5 : du 24/02 au 28/02	○	○	○	○	○	€
❖ 6 : du 14/04 au 18/04	○	○	○	○	○	€
❖ 7 : du 21/04 au 25/04	*	○	○	○	○	€
❖ 8 : du 07/07 au 11/07	○	○	○	○	○	€
❖ 9 : du 15/07 au 18/07	*	○	○	○	○	€
❖ 10 : du 25/08 au 29/08	○	○	○	○	○	€

\* Jour férié = salle fermée

## LA SALLE

Centre Sportif Arromanches  
31bis, avenue du Port au Fouarre  
94100 Saint-Maur-des-Fossés  
Tel : 01 48 89 12 60

## CONTACTS

Mail : [contact@vgatt.org](mailto:contact@vgatt.org)  
Foire aux questions : [www.vgatt.org/faq](http://www.vgatt.org/faq)

## TARIF

20€ par jour

## INFORMATIONS DIVERSES

**Nom et Prénom :**

**Date de naissance :**

**Adresse mail :**

**Téléphone (mère) :**

**Téléphone (père) :**

**Mode de règlement :**

- Chèque (à l'ordre de la VGATT)
  - Carte bleue (nous contacter par mail)
  - Espèces
- J'autorise mon enfant à quitter le centre tout seul

Oui

Non

**Date limite d'inscription :** le mercredi précédent le stage. Inscription en avance fortement recommandée.

**Présence :** un minimum de 3 jours de présence par stage sera exigé pour l'acceptation de l'inscription.

**Remboursement :** il ne sera procédé à un remboursement qu'en cas de présentation d'un justificatif médical.

**Pertes et Vols :** La VGA TT décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol dans la salle ou dans les vestiaires. Chaque stagiaire est responsable de ses affaires.

# STAGES VGA TENNIS DE TABLE Saison 2024/2025



## Ouvert à tous

Petits ou Grands  
(Nés en 2017 et avant)

Licenciés / Extérieurs

Débutants / Confirmés

Filles / Garçons

## PRESENTATION DES STAGES

Depuis de nombreuses années, le club organise des stages réservés aux jeunes sur toutes les périodes de vacances scolaires.

Ces stages sont ouverts aux adhérents du club mais également aux jeunes extérieurs, aussi bien les pratiquants que les novices.

### UN ENTRAÎNEMENT ADAPTE

Les joueurs sont répartis dans plusieurs groupes en fonction de leur niveau de jeu et de leur âge. Chacun doit trouver sa place dans un groupe.

Le contenu des entraînements est différent en fonction des groupes : exercices, animation, approche adaptée, ...

### UN CADRE IDEAL

La salle spécifique est idéalement équipée pour accueillir un grand nombre de stagiaires : plus de 25 tables disponibles pour pratiquer le Tennis de Table, un club-house apportant tout l'équipement pour se restaurer et se reposer : micro-ondes, frigo, couverts, espace détente, ...

## ORGANISATION D'UNE JOURNEE TYPE

**8h30 – 9h15**

Accueil des stagiaires

**9h30 – 12h00**

Séance de Tennis de Table

**12h00 – 13h00**

Pause Déjeuner

**13h00 – 14h30**

Ping Libre

**14h30 – 17h00**

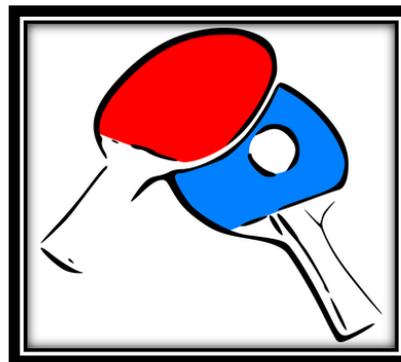
Séance de Tennis de Table

**17h00 – 18h00**

Jeu Libre

**18h00**

Fermeture de la salle



## UN VENDREDI FESTIF

Les journées de lundi à jeudi suivent le déroulé « classique » d'une journée de stage. La journée de vendredi se veut plus festive avec un programme différent des autres journées :

- ✚ Un passage de diplômes de la méthode Française composé de plusieurs exercices à valider, proposé sur l'une des 2 semaines (voir site internet rubrique « Les Stages VGA TT »).
- ✚ Un tournoi disputé par tous les jeunes stagiaires.
- ✚ Un goûter bien mérité offert par le club !

### À PREVOIR

#### Pour la pratique

- ✚ Une tenue de sport adaptée (short, tee-shirt et chaussures de sport).
- ✚ Une gourde ou bouteille d'eau.

#### Pour les repas

- ✚ Le repas du midi (froid ou à réchauffer).
- ✚ Le goûter (sauf pour le dernier jour).